

**INSTITUTO SUPERIOR DE CULTURA FÍSICA
“MANUEL FAJARDO”
FACULTAD DE CULTURA FÍSICA
“NANCY URANGA ROMAGOZA”
PINAR DEL RÍO**

**TESIS PRESENTADA EN OPCIÓN AL TÍTULO ACADÉMICO DE
MÁSTER EN ACTIVIDAD FÍSICA EN LA COMUNIDAD.**



TÍTULO: Conjunto de actividades recreativas, basadas en el Voleibol, que favorezcan la recreación física en los niños de 8-10 años de la circunscripción No. 170 perteneciente al Reparto "Pedro Raúl Sánchez" del municipio de Pinar del Río.

AUTOR: Lic. Pedro Luis Mitjans Torres

TUTOR: MsC. Joel Raúl Díaz Hernández.

Pinar del Río, Noviembre 2009

"Año del 50 aniversario del triunfo de la Revolución"

“Todos hemos salido campeones en esta nueva, colosal y hermosa batalla en que nos enfrascamos; la victoria una vez más corresponde al pueblo que la supo hacer suya, la supo disfrutar y le brindó todo su apoyo...”

Fidel Castro Ruz.

DEDICATORIA

Hoy un sueño se hace realidad, dejando huellas y constancias en estas páginas, por eso quiero dedicar este maravilloso despertar a:

- A mi mamá que constituye la guía de este trabajo.
- A mis hermanos por ser parte importante en mi vida.
- A mis hijos para que conozcan la vía de ser más útiles a la sociedad.
- A mis familiares.
- A mis amistades.
- A todas aquellas personas que la puedan necesitar.

AGRADECIMIENTOS

Durante todo este tiempo ha surgido en mí una interrogante:

¿Cómo agradecer a todos y cada uno de los que han compartido conmigo la desgarradora fatiga de este largo camino?

Es por eso que quisiera agradecer:

- Al claustro de profesores de la FCF” Nancy Uranga Romagoza” que nos impartieron los diferentes módulos.
- A mis amistades y todas aquellas personas que me brindaron su aliento y compartieron junto a mí la materialización de mis más anhelados sueños.
- A mi esposa que me ha apoyado durante todo momento.
- A Joel Raúl Díaz, tutor de este trabajo, por sus enseñanzas y orientaciones durante todo momento, además por haber confiado en mí.
- A mis compañeros de trabajo y especialmente los profesores del departamento.
- A la revolución por darme la oportunidad de superarme y ser más útil a la sociedad.

Por ultimo quisiera expresar a todas aquellas personas que por traición a la memoria no las haya mencionado aquí, sepan interpretar también mis más sinceros agradecimientos.

RESUMEN

El trabajo que se presenta, titulado: Conjunto de actividades recreativas, basadas en el Voleibol, que favorezcan la recreación física en los niños de 8-10 años de la circunscripción No 170 perteneciente al Reparto” Pedro Raúl Sánchez” del municipio

de Pinar del Río, tiene como fundamento las insuficientes actividades recreativas que el profesor le brinda a los niños en las áreas permanentes de recreación, debido entre otros factores a la falta de áreas deportivas o espacios que posibiliten su desarrollo y además por la falta de una guía o plan de actividades que le ofrezca a los profesores de recreación la posibilidad de aplicarla según los intereses, gustos, necesidades y preferencias de los niños, por lo que el mismo persigue como objetivo fundamental proponer un conjunto de actividades recreativas, basadas en el voleibol, que favorezcan la recreación física de los niños en la comunidad. Para cumplir el mismo se utilizaron diferentes métodos de investigación, rectorados por el materialista-dialéctico, como son: los teóricos; empíricos y matemáticos estadísticos; destacándose dentro de los primeros el histórico-lógico, enfoque de sistema y el análisis documental, dentro de los empíricos la encuesta y la observación; además se utilizaron algunas técnicas de intervención comunitaria como: entrevista a informantes claves y el forum comunitario; dentro de los matemáticos estadísticos, el cálculo porcentual y la media aritmética. La investigación se puso en práctica durante un periodo de 3 meses donde se obtuvieron resultados satisfactorios, con lo cual se espera hacerla extensiva.

VOLEIBOL

RECREACIÓN

COMUNIDAD

ÍNDICE

Páginas

Presentación

Agradecimiento

Dedicatoria

Resumen

Introducción..... 1

Capítulo I. Surgimiento y desarrollo de la recreación en Cuba.

1.1- Los estudios e investigaciones sobre el tiempo libre y la recreación....	11
1.2- La recreación como proceso de transformación.....	13
1.2.1- La recreación en el tiempo libre.....	21
1.3- El programa de la recreación física y la edad.....	22
1.4- La planificación de la recreación física.....	24
1.5- La recreación física: Contextos en su realización.....	27
1.5.1- Recreación física para un grupo urbano o comunitario.....	27
1.5.2- Recreación física en el municipio.....	28
1.5.3- Recreación física en el ámbito de la circunscripción.....	29
1.6- Diagnóstico de la situación actual de las necesidades recreativas físicas... 29	
1.7- La gestión de las actividades recreativas físicas en el espacio peri urbano... 32	
1.8- Las programaciones recreativas.....	33
1.9- El voleibol como disciplina deportiva.....	36
1.10- La actividad física en el hombre como un ente biopsicosocial.....	37
1.10.1- Caracterización psicológica de los niños entre 8 y 10 años.....	39

CAPÍTULO II. Marco metodológico investigativo, resultados y propuesta.

2.1- Valoración del tipo de estudio investigativo.....	44
2.2- Caracterización de la comunidad motivo de investigación.....	44
2.3- Métodos investigativos.....	46
2.4- Análisis de los resultados investigativos.....	50
2.4.1- Análisis de los resultados de la guía de observación de la actividad recreativa en la comunidad. Diagnóstico Inicial.....	50
2.4.2- Análisis de los resultados de la guía de observación a la actividad recreativa en la comunidad en un segundo momento.....	52
2.4.3- Análisis de los resultados de la encuesta a los profesores de recreación... 55	
2.4.4- Análisis de los resultados de la encuesta a los niños.....	58
2.4.5- Análisis de los resultados de la entrevista a informantes claves.....	59
2.4.6- Análisis de los resultados del forum comunitario.....	61
2.5- Fundamentación y presentación de la propuesta.....	61
Conclusiones.....	70
Recomendaciones.....	70

Referencias bibliográficas

Bibliografía

Anexos

INTRODUCCION

Cuando se habla de Cultura Física, según Aldo Pérez Sánchez(2003) en su libro “Recreación: Fundamentos Teórico Metodológicos”, vista como ese conjunto de valores materiales y espirituales creados por el hombre en las ramas de los deportes, la educación y la recreación física, se debe considerar la magnitud social de este fenómeno y su repercusión en los grupos sociales. El hombre contemporáneo vive en condiciones difíciles para su salud y se expone cada vez más a las consecuencias de un acelerado proceso de industrialización, urbanización y deterioro de las condiciones ambientales de vida, todo lo que hace que en busca de un equilibrio biológico y psicológico, la cultura física se convierta en una excepcional ayuda para lograr este objetivo.

La importancia creciente de la cultura física en el mundo se determina, por una parte, por las variaciones en el modo de las personas, lo que conduce a la necesidad del aumento de la actividad física de las mismas y por otra parte por el creciente potencial de la cultura física como un vector en desarrollo de la economía nacional.

Una de las consecuencias del progreso científico - técnico en estos momentos es como se conoce la reducción de las cargas físicas en el proceso, tanto de la actividad productiva, como doméstica en las condiciones del crecimiento intensivo del consumo de productos alimenticios y de la elevación de su valor calórico, la disminución de la actividad física conduce a la alteración del equilibrio de la alimentación, lo que puede servir como causa de fenómenos patológicos, no hablando ya acerca de la influencia estimulante sobre el desarrollo de la mayoría de las enfermedades.

La estructura dedicada a la amenaza de la salud del hombre contemporáneo, siguiendo a Aldo Pérez (2003), es muy extensa y variada. El cambio de las condiciones económico - sociales contribuyó al alargamiento de la vida y disminución de la mortalidad y esto no se corresponde con el mejoramiento esperado que el estado de salud ha desarrollado escalonadamente en millones de años. Contemporáneamente el metabolismo y la regulación del sistema nervioso y hormonal, enzimático y genético, no están capacitados para responder a los rápidos cambios del medio, lo que provoca el desajuste de la salud humana. Entre las enfermedades que inciden en que el hombre no llegue al máximo de la edad promedio de vida con buena salud en una gran cantidad de países, están las llamadas enfermedades de la civilización.

Un asunto de notable importancia en el análisis de estas enfermedades está basado en el hecho de que conociéndose su ictiología, es decir su origen no es posible evitarlas. Esto hace pensar que los agentes que provocan estos males no pueden ser eliminados fácilmente en la sociedad contemporánea.

Esto ubica al ejercicio físico, el movimiento y el deporte recreativo como el elemento fundamental para la profiláctica y la terapia de estos males. El movimiento es una necesidad biológica del hombre. Es el fundamento elemental de la salud física y psíquica.

Por eso siendo simultáneamente un medio eficiente de la lucha contra la hipoquinesia y un medio de distensión emocional tan necesario para el ritmo de tensión actual de la vida y para el crecimiento del papel del trabajo intelectual, la cultura física se transforma constantemente en una condición obligatoria de la actividad vital del hombre determinando cada vez en mayor grado el estado de salud de la población.

Los beneficios de la actividad física, desde el punto de vista psicológico, no sólo son evidentes para la población normal, sino también para personas con tratamiento por trastornos psicológicos tales como: depresión, ansiedad, estrés, el abuso del alcohol o de sustancias nocivas para el organismo; con este fin se han elaborado y puesto en marcha distintos programas de actividad física con fines terapéuticos y de salud, contemplando la necesidad de evitar el fenómeno de abandono y facilitar la iniciación y la adherencia a los mismos.

Aldo Pérez (2003), plantea que las actividades físico recreativas son aquellas que su contenido así lo indica, es decir, de carácter físico, deportivo o turístico, a las cuales el hombre se dedica voluntariamente en su tiempo libre para el descanso activo, la diversión y el desarrollo individual. Estas persiguen como objetivo principal la

satisfacción de las necesidades de movimiento del hombre para lograr como resultado final salud y alegría, y esto sin lugar a dudas vierte la importancia que tiene para la sociedad.

El deporte, la cultura física y la recreación han devenido factor de comunicación social, embajador de la paz y elemento indispensable para el acercamiento y entendimiento entre las personas. Es esta, apenas, una de las múltiples razones por las cuales se enriquece, con la edición de esta obra, no sólo el movimiento deportivo cubano, sino cualquier otra corriente social que abogue y luche en una parte del mundo por la igualdad y la honradez.

El hombre al concluir sus actividades fundamentales del día trató de ocupar el tiempo libre restante en divertirse, realizar actividades físicas, pasear. Al pasar los siglos la vida se fue haciendo más agitada, más cargada, por lo que el poco tiempo libre que el hombre poseía trató de ocuparlo con actividades que le ayudaran a sobreponerse del cansancio de un día de trabajo, por lo que se hizo necesario inventar nuevos juegos, centros de recreación, lugares donde poder practicar deportes, con el objetivo de mejorar la calidad de vida.

Los niños cubanos no escapan a esta problemática, pues, si bien no trabajan, al pasar el día en sus centros de estudio y poseer gran energía para gastar, necesitan de espacios donde puedan llevar a cabo actividades recreativas, siempre estructuradas y planificadas, lo cual de ser posible debería realizarse dentro de la comunidad donde viven pues es de todos sabido que es ahí donde aprenden sus principales hábitos de convivencia. De acuerdo al desarrollo alcanzado y a la urbanización, cada vez es menos probable encontrar dentro de la comunidad áreas con características apropiadas para que los niños desarrollen sus actividades recreativas, por lo que en el trabajo se propone un conjunto de actividades recreativas que faciliten este proceso a los profesores de recreación, propiciando con ello el desarrollo armónico y multilateral de los niños.

La necesidad de proporcionar una generación saludable, multilateral y armónicamente desarrollada, resulta cada vez más una necesidad de la sociedad. El país viene realizando una labor extraordinaria en el desarrollo cultural, ideológico, artístico, deportivo-recreativo y de educación en general, tratando de responder a las necesidades y aspiraciones de cada uno de los miembros de la sociedad.

En cada periodo progresivo ascendente de la humanidad, concurre una justa concepción de la educación que no separa la formación intelectual de la física y, consecuentemente, no separa el deporte y la actividad recreativa de los objetivos fundamentales de la propia educación de la sociedad. Esto responde a la esencia

misma de los principios del socialismo, al carácter integral de la formación de los ciudadanos; al desarrollo de programas para todos, dirigidos hacia el logro de una evaluación óptima de las capacidades físicas y funcionales del hombre; a su disposición para el trabajo, el estudio y la defensa; al crecimiento de los índices de resistencia, fuerza y la capacidad orgánica que demanda el esfuerzo de cada día.

Antes del triunfo de la revolución el deporte y la recreación eran actividades propias de la clase dominante, desarrollada sobre todo en los clubes de la burguesía e impartida sólo en las escuelas privadas. Los garitos eran el fiel reflejo de los regímenes de explotación; la mesa de villar, dominó, lotería, los bingos, los dados, la ruleta, era lo que el pueblo consideraba recreación. Eliminar el consumismo, la avaricia, el egoísmo, las relaciones mercantiles, la enajenación, la incomunicación, la discriminación de cualquier índole, la indiferencia por la suerte de los demás y otros vicios de las sociedades de clase, que limitan y esclavizan al hombre, merman su disfrute existencial y la salud misma, constituye una meta difícil de alcanzar en las condiciones actuales del planeta, pero no imposible, Cuba constituye un ejemplo de ello. Alcanzar una calidad de vida superior, en la que el desinterés, el colectivismo, las relaciones naturales entre los hombres, mujeres y niños del planeta, así como de los seres humanos para con la naturaleza, el amor, la ternura, la espiritualidad, la solidaridad, el intercambio humano y no mercantil, sean la regla y no excepciones, constituye cada vez más una imperiosa necesidad para aquellos que están empeñados en salvar al planeta de la destrucción definitiva, a la que tienden con obstinación las culturas de clases.

Quizás la tarea más trascendente e importante después del triunfo de la revolución fue la lucha por llevar a la población a que comprendiera el gran significado de la práctica sistemática de ejercicios físicos, de la práctica deportiva como medio de salud, de notable influencia en el crecimiento y desarrollo de nuestros niños, y de la formación general y multifacética de las nuevas generaciones. En estos momentos, cuando se está inmerso en la batalla por la cultura general integral, la que no constituye un fin en sí misma, sino una manera de mejorar la vida del pueblo, en función de garantizar un porvenir feliz, digno y creativo, que incorpore lo mejor de la tradición humanista universal, incorporar proyectos que tiendan a buscar fórmulas eficaces de mejorar la condición humana aparece como una alternativa plausible y necesaria. La meta de lograr una sociedad superior en todos los órdenes, no se limita a los esfuerzos de las instituciones, sino que requiere de la participación activa y creadora de cada individuo en un esfuerzo permanente por mejorarse a sí mismos y al entorno. Esta aspiración requiere, necesariamente, de un complejo sistema de

actitudes, valoraciones, conocimientos, experiencias concretas, búsquedas (personales y colectivas), vivencias, que permitan trascender viejos esquemas, y sustituirlos por formas de ser y de pensar acordes con las características esenciales de la especie humana, o lo que es lo mismo, materializar en la vida real todas las potencialidades del ser humano.

Para el comandante en jefe Fidel Castro, el deporte y la recreación son algo constitucional, cuya práctica siempre valoró con una dimensión formativa y una proyección ideológica que le permite evaluar la importancia de la ejercitación física y la utilización sana del tiempo libre, encaminada a la satisfacción física y espiritual de cada individuo como uno de los factores importantes en la formación multifacética de las futuras generaciones, así como un necesario medio de higiene, salud y optimización de la capacidad de trabajo, de lucha contra los males, del sedentarismo en todas las edades. En tal sentido, la comunidad se convierte en el primer escalón de la recreación. Por consiguiente Aldo Pérez (2003), conceptualiza a la actividad física comunitaria como todo tipo de actividad física planificada o improvisada, que se desarrolla en un determinado conjunto o espacio residencial, en el que existe determinada organización territorial. Surge como vía del uso del tiempo libre y la satisfacción de las necesidades físico-recreativas de esas poblaciones, con la concepción de que no haya que trasladarse para disfrutar de una agradable actividad recreativa.

En el municipio, en los últimos tiempos, se ha observado un debilitamiento en la actividad recreativa, lo cual incide no sólo en la calidad de vida del ser humano, sino también en la utilización inadecuada de la actividad recreativa, propiciando que los niños desvíen su atención hacia la realización de actividades nocivas tanto para él, como para la comunidad donde vive y se desarrolla, es por ello que en la investigación se pretende profundizar en el trabajo del proceso de recreación física, basada en actividades propias del Voleibol, en los niños de 8-10 años de la circunscripción No. 170 del Reparto "Pedro Raúl Sánchez" del municipio Pinar del Río.

La problemática de este trabajo tiene su fundamento en la insuficiente cantidad de actividades que desde el punto de vista físico-recreativo le brinda el profesor de recreación a los niños en la comunidad debido entre otros factores a que no poseen un plan o guía de actividades recreativas a desarrollar de forma diaria, por el simple hecho de no realizar una planificación o diseño de la actividad recreativa en su área permanente de recreación, además de no contar con las áreas que para ello se necesitan, baste señalar que en la circunscripción sólo existe una cancha múltiple,

por lo que los profesores tienen que recurrir a la utilización de las áreas verdes que rodean los edificios para llevar a cabo su actividad, no logrando mantener una matrícula estable en cuanto a cantidad de participantes de lo cual el autor se percata en la observación y la encuesta aplicada a las actividades y profesores respectivamente, específicamente para niños de 8-10 años, por tanto la impartición de la actividad consiste sólo en poner los medios con que se cuenta a disposición de los participantes, pero al no existir otros medios necesarios, además de no existir una previa preparación, pues el niño se desmotiva, pasando a realizar otras actividades por cuenta propia que en muchas ocasiones no son las más sanas y productivas que todos se esperan, lo que trae como consecuencia que no se logren los verdaderos objetivos de la recreación física en la comunidad.

Todo lo expuesto anteriormente son los elementos que convocan al autor de esta obra a reflexionar en este maravilloso concurso junto a personas con vasta experiencia, las cuales apoyan con sus criterios, ideas y vivencias para hacerle frente a una problemática que ya es real y visible, además el forum comunitario llevado a cabo con un conjunto de agentes socializadores de la comunidad, pretendiendo ofrecerle a los profesores un instrumento que les permita desarrollar un trabajo más objetivo, consciente y sistémico para una mejor planificación de las actividades recreativas con los niños, lo que significa el aseguramiento de las condiciones óptimas para el desarrollo armónico de todos los miembros de la sociedad en su libre actividad, con la finalidad de consolidar las mejores relaciones entre esta y la personalidad del niño, ya que como se pudo constatar en la encuesta realizada a los niños no se tienen en cuenta sus gustos y preferencias recreativas a la hora de desarrollar la actividad por parte de los profesores, por otra parte contribuye a su auto preparación metodológica, y de esta forma lograr fomentar valores éticos, estéticos y morales además de una cultura general integral desde las primeras edades.

Por todo lo antes expuesto; se formula la siguiente interrogante como:

PROBLEMA CIENTIFICO

¿Cómo favorecer la recreación física de los niños de 8-10 años de la circunscripción No. 170 perteneciente al Reparto “Pedro Raúl Sánchez “del municipio de Pinar del Río?

OBJETO DE ESTUDIO

El proceso de recreación física en el contexto comunitario.

CAMPO DE ACCIÓN

Las actividades recreativas en niños de 8-10 años.

OBJETIVO GENERAL

Proponer un conjunto de actividades recreativas, basadas en el Voleibol, que favorezcan la recreación física en los niños de 8-10 años de la circunscripción No. 170 perteneciente al Reparto "Pedro Raúl Sánchez" del municipio de Pinar del Río.

DEFINICIONES DE TRABAJO.

Recreación: Conjunto de fenómenos y relaciones que surgen en el proceso de aprovechamiento del tiempo libre mediante la actividad terapéutica, profiláctica, cognoscitiva, deportiva o artística - cultural, sin que para ello sea necesaria una compulsión externa y mediante las cuales se obtiene felicidad, satisfacción inmediata y desarrollo de la personalidad.

Recreación Física: Campo de la recreación que transita por la práctica de actividades lúdicas recreativas, de deportes recreativos y del espectáculo deportivo, como uno de los componentes de la cultura física, para la ocupación placentera, sana y provechosa del tiempo libre.

Comunidad: Se constituyen como grupo humano donde comparten un determinado espacio físico-ambiental-territorial específico. Tiene una presencia en el tiempo apoyada a una o un conjunto de actividades económicas, sobre todo en sus proyectos más vinculados a su vida cotidiana, desarrollan un amplio conjunto de relaciones interpersonales, sostiene su identidad e integración sobre la base de la comunidad de necesidades, intereses, sentido de pertenencia, tradiciones culturales y memoria histórica.

Grupo pequeño: Piedra angular de la sociedad, la cual es objeto de estudio entre sus miembros. Se da en contacto directo y están orientados, aunque no de forma explícita, hacia fines comunes.

Niñez: Es un término amplio aplicado a los seres humanos que se encuentran en fases de desarrollo comprendidas entre el nacimiento y la [adolescencia](#) - o [pubertad](#).

Actividades Físico- Recreativas: Aquellas con flexibilidad de interpretación y cambios de reglas que permiten la continua incorporación de formas técnicas y de comportamientos estratégicos, con capacidad de aceptación por parte de los participantes de los cambios de papeles en el transcurso de la actividad

Conjunto de Actividades: Grupo de actividades donde se tienen en cuenta los gustos y preferencias para dar respuesta a las necesidades de las personas con un fin determinado.

Actividad física comunitaria: Todo tipo de actividad física planificada o improvisada, que se desarrolla en un determinado conjunto o espacio residencial, en el que existe determinada organización territorial.

PREGUNTAS CIENTIFICAS

- 1- ¿Cuáles son los antecedentes teórico- metodológicos que sustentan el proceso de la recreación física en Cuba?
- 2- ¿Cuál es el comportamiento actual de la recreación física en los niños de 8-10 años de la circunscripción No.170 perteneciente al Reparto” Pedro Raúl Sánchez” del municipio de Pinar del Río?
- 3- ¿Qué actividades recreativas, basadas en el Voleibol, se pueden tener en cuenta para favorecer la recreación física en los niños de 8-10 años de la circunscripción No. 170 perteneciente al Reparto” Pedro Raúl Sánchez” del municipio de Pinar del Río?

TAREAS CIENTIFICAS

- 1- Revisión bibliográfica acerca de los antecedentes teórico- metodológicos que sustentan el proceso de la recreación física en Cuba.
- 2- Caracterización del comportamiento actual de la recreación física en los niños de 8-10 años de la circunscripción No. 170 perteneciente al Reparto” Pedro Raúl Sánchez” del municipio de Pinar del Río.
- 3- Elaboración de un conjunto de actividades recreativas, basadas en el Voleibol, que favorezcan la recreación física en los niños de 8-10 años de la circunscripción No. 170 perteneciente al Reparto” Pedro Raúl Sánchez” del municipio de Pinar del Río.

DISEÑO MUESTRAL

Unidad de análisis:

Los niños entre 8-10 años de la circunscripción No. 170 del Reparto”Pedro Raúl Sánchez” del municipio de Pinar del Río.

Población:

Los 31 niños (17 H y 14 V) entre 8-10 años que forman parte de la circunscripción No 170 del Reparto” Pedro Raúl Sánchez” del municipio de Pinar del Río

Muestra:

Está compuesta por los 31 niños entre 8 y 10 años que conforman la circunscripción No 170 y que representan el 100% de la unidad de análisis y la población.

Tipo de muestra:

No probabilística. Pues se le dio la posibilidad de que todos pudieran participar.

Forma de selección: Intencional, debido a que conocemos las características de los niños, así como el contenido y tratamiento metodológico del tema motivo de investigación. Además en nuestra investigación tuvo un papel fundamental el trabajo realizado con la muestra secundaria, la cual nos permitió aplicar diferentes métodos e instrumentos investigativos que nos fortalecen el trabajo desde el punto de vista científico, así como en la objetividad y confiabilidad de los resultados obtenidos. La misma está conformada por 6 especialistas, 8 técnicos de recreación de las escuelas comunitarias, 3 dirigentes de la escuela comunitaria, así como personal de la comunidad y dirigentes del consejo popular.

DISEÑO ESTADÍSTICO

Medición: Influencia del conjunto de actividades recreativas, basadas en el Voleibol, en la recreación física de los niños de 8-10 años.

Tipo de datos: Cualitativos.

Escala de medición: Ordinal, porque nos permite realizar comparaciones.

Técnica estadística:

1-) Trabajo con las medidas de tendencia central

- Elementos de la técnica.

Moda: Es el aspecto mas común entre los resultados, es decir el que con más regularidad se aprecia.

Mediana: Son los valores intermedios de los resultados que se van obteniendo durante la investigación. Por Ej. Entre B, R y M la mediana es R.

2-) Uso de las medidas sobre cantidades relativas.

- Elementos de la técnica.

Frecuencia relativa y por cientos.

3-) Prueba de hipótesis.

- Elementos de la técnica

Prueba de 2 proporciones.

Por otra parte se pretende resaltar que el trabajo esta sustentado por varios métodos investigativos, entre los cuales tenemos: Teóricos (Histórico-Lógico, Análisis y Síntesis, Inducción y Deducción, Enfoque de Sistema, Análisis documental;

Empíricos (Observación y Encuesta) y los Matemáticos estadísticos (Media Aritmética y Cálculo Porcentual), además de varias técnicas de intervención comunitaria como el Forum Comunitario y la Entrevista a Informantes Claves, los cuales permitieron tanto la recopilación de la información y la detección del problema como la objetividad en la elaboración de nuestra propuesta, destacando que todos ellos están rectorados por el método materialista dialéctico.

CAPITULO I

Surgimiento y desarrollo de la recreación en Cuba.

1.1- Los estudios e investigaciones sobre el tiempo libre y la recreación.

Muchas veces la palabra recreación en su contenido se confunde con la de juegos, sin embargo, la primera es más amplia que la segunda, aunque desde el punto de vista de sus fundamentos, la recreación para los adultos es equivalente al juego de los niños. Siguiendo a Johan Huizinga y otros autores, se puede establecer que el vuelco de una persona a una actividad recreativa de cualquier naturaleza, se encuadrará dentro de las formas de juego.

Un análisis del concepto, según Aldo Pérez Sánchez (2003) en el libro “Recreación: Fundamentos Teórico Metodológicos”, conduce a buscar su origen y lo encontramos en los comienzos del hombre, con el surgimiento de un determinado tiempo para realizar actividades que no tuvieran relación directa con la producción, pero no es hasta los inicios de la industrialización, cuando las jornadas de trabajo eran demasiado largas, y se realizaban en pésimas condiciones para la salud, que se dan las condiciones verdaderamente objetivas para conjuntamente con los cambios socioeconómicos que se producirían, establecerse como una necesidad determinante en los hombres.

El estudio sistemático de los procesos reales, de las tendencias y volumen de las demandas recreativas es un área de trabajo que ocupa a diversas ciencias, partiendo del hecho de la importancia social e individual del tiempo libre y la

recreación. Este estudio se distingue por tendencias bastante definidas a partir de la conceptualización de los elementos: tiempo libre y recreación. Las investigaciones en la esfera del tiempo libre y la recreación, además de las tendencias teóricas y gnoseológicas, adoptan connotaciones de índole práctica y ejecutiva y sobre todo se realizan partiendo del estudio de las particularidades de la demanda recreativa de las poblaciones, llevándose a cabo dentro de los aspectos: Económico, Médico Biológico, Sociológico y Socio / psicológico.

A fin de lograr una voluntaria y masiva participación de la población en el aprovechamiento y disfrute de su tiempo libre, se hace indispensable la realización de estudios e investigaciones en que se determinen y valoren aspectos fundamentales como:

- Nivel de desarrollo socio – económico; principales actividades socio – económicas; características socio - demográficas (edad, sexo, nivel educacional, estado civil, etc.); nivel de integración social y características grupales.
- Magnitud, estructura y contenido del tiempo libre: por sectores, estratos u otros grupos sociales, de edades o cualquier otra variable que se entienda importante, fundamentalmente para la caracterización de estos elementos.
- Intereses y necesidades recreativas: las actividades que más interesan, motivaciones, el por qué de ellas, las causas que impiden la satisfacción de estas necesidades, otras actividades que les gustaría realizar y no realizan.
- Infraestructura recreativa: cantidad de instalaciones, estado de explotación y conservación, personal técnico y de servicios y equipos y medios materiales con que se cuenta para la ejecución de los programas.
- Características del medio físico - geográfico: grado de utilización, principales aspectos del relieve y la naturaleza.

Una de las estrategias a considerar en cualquier planificación de la actividad física de tiempo libre es el análisis externo, entre los que se consideran todos los factores externos que pueden impactar a la estrategia. Entre ellos se sitúa el análisis del participante. Consumir una actividad física deportiva significa tener motivos ya bien sea para realizar deporte como para contemplarlo (consumidor como espectador). James Mc Neal (1993) señala que los estudios sobre los hábitos recreativo- físico-deportivos han marcado un acercamiento sociológico clásico a la literatura del marketing del deporte del tiempo libre. Dichos estudios destacan la importancia del

deporte como ejercicio físico, como diversión y como preferencia personal. Otras variables relevantes fueron los aspectos sociales, el mantener la línea, la reproducción, la competición o la imagen personal como motivador del deporte, como uno de los principales motivadores de la sociedad actual, además del deporte como diversión, como reproducción y como relación social. Otras encontradas fueron la relación con la naturaleza, la mejora de la salud, la competición y el reto personal. Daltel, W (1976) destaca el papel de la diversión, en muestra de universitarios, como motivador fundamental del deporte. A continuación destacaba la relación con los amigos, la reducción del estrés y el relax, la mejora del cuerpo y del estado físico, y la mejora de la salud entre otros.

1.2- La recreación como proceso de transformación

"Toda persona tiene derecho al descanso, al disfrute del tiempo libre, a una limitación razonable de la duración del trabajo y a vacaciones periódicas pagadas" (art.24 de la Declaración Universal de los Derechos Humanos, de 10 de diciembre de 1948).

La problemática del tiempo libre y la recreación constituye un desafío de esta época puesto que tiende a transformar entre otros aspectos las condiciones sociales y culturales. Toda modificación en los dominios de la sociedad y la cultura trae como consecuencia nuevos problemas pedagógicos, requiriéndose ante estos, de especialistas entrenados para insertarse en una sociedad cambiante, y a la vez capacitados para ejercer de acuerdo a las nuevas necesidades imperantes.

Algunos autores consideran que la práctica de la actividad física, tanto de juego como formativa tiene una gran importancia higiénica- preventiva para el desarrollo armónico del sujeto (niño, adolescente y adulto) en el mantenimiento del estado de salud. La práctica de cualquier deporte (como entretenimiento o recreativo) conserva siempre un carácter lúdico y pudiera ser una buena medida preventiva y terapéutica, ya que conlleva aspectos sociales, lúdicos e incluso bioquímicos que favorecen el desarrollo de las potencialidades del individuo.

La calidad de vida y la creación de un estilo de vida en la población, presuponen una relación dialéctica entre la utilización adecuada del tiempo libre y la salud mental y física de cada persona, ya que por un lado la realización de adecuadas actividades recreativo - físicas fortalecen la salud y lo preparan para el pleno disfrute de la vida, y por otro, una buena salud posibilita un mayor y mejor aprovechamiento del tiempo libre en otras esferas de la recreación. Es por eso que muchas veces se encuentra que lo que para unos es recreación, para otros no lo es, por ejemplo, el cuidado de

los jardines para algunos resulta una actividad recreativa y para otros constituye su trabajo.

La función de la recreación, palabra que comenzó a usarse hace algún tiempo, era lograr la regeneración de las fuerzas gastadas en el trabajo, esto es la regeneración de las energías empleadas, de tal manera que el hombre se sintiera restablecido o recuperado, quedando en condiciones para iniciar sus tareas laborales. Pero este propósito, considerado desde el punto de vista de la actualidad, equivale a reducir al hombre a puro funcionario, que necesita pausas de descanso tan sólo para poder seguir produciendo sin dificultades.

La palabra recreación es escuchada hoy en cualquier parte, la amplia variedad de su contenido permite que cada quién la identifique de diferente forma, sobre la base de la multiplicidad de formas e intereses en el mundo moderno puede constituir formas de recreación.

La recreación es un término al que se da muchos significados. En la escuela tradicional se le llamó recreo al lapso entre dos materias u horas de clase, en el que se permitía a los alumnos jugar o descansar, reponiéndose del esfuerzo de concentración requerido por el estudio. Para muchos, la palabra tiene una connotación placentera, para otros es sinónimo de diversión, entretenimiento o descanso. Puede que la recreación esté teñida del colorido particular de estas cosas y de otras tantas, pero como en la actualidad es una disciplina que declara ser formativa y enriquecedora de la vida humana, es necesario precisar mejor su alcance, aceptando que, siendo más joven que la Educación, resulta aún más difícil de definir.

A continuación se realizará una valoración del concepto de recreación sustentada en varios enfoques conceptuales, ya que ésta ha adoptado connotaciones de índole práctica y ejecutiva que la separa del concepto de tiempo libre.

Cualquier miembro de una sociedad es capaz de hablar de recreación y lo que entiende por este vocablo, la amplia variedad de su contenido permite que cada cual la identifique de diferentes formas, partiendo de la libre opción hacia estas formas de actividad y sobre la base de la multiplicidad de formas e intereses que en el mundo moderno pueden constituir formas de recreación.

Aldo Pérez, en el libro ya mencionado, enuncia algunos elementos esenciales a tener en cuenta en la elaboración de dicho concepto:

- Se realiza en tiempo libre
- A voluntad de los participantes.
- Brinda satisfacción inmediata.

- Restablecimiento.
- Diversión, descanso.
- Desarrollo de la personalidad.
- Variedad de actividades por su contenido.
- Actividades de entretenimiento, expresión, aventura y socialización.
- Actividades que pueden efectuarse individual o colectivamente.

Desde una postura humanista, Cuenca (2000) afirma que la recreación debiera ser una vivencia integral relacionada con el sentido de la vida y los valores de cada uno y coherente con ellos, una experiencia de recreación, que crea ámbitos de encuentro o desencuentro, se diferencia de otros tipos de ocio por su potencialidad para llevar a cabo encuentros creativos que originen desarrollo personal: « Cuando hablo de ocio/recreación no me refiero a la mera diversión, el consumo material, el ocio pasivo o la simple utilización del tiempo libre. Aludo a un concepto de ocio/recreación abierto a cualquier perspectiva presente y futura, pero al mismo tiempo, entendido como marco de desarrollo humano y dentro de un compromiso social».

Joffre Dumazedier (1964), destacado sociólogo francés dedicado a los estudios del tiempo libre, señala, Recreación:..”es el conjunto de ocupaciones a las que el hombre puede entregarse a su antojo para descansar; para divertirse o para desarrollar su información o su formación desinteresada tras haberse liberado de sus obligaciones sociales, profesionales y familiares”. Se plantea como una referencia esencialmente descriptiva, aunque popularmente conocida como las tres “D” descanso, diversión y desarrollo.

Analizando otras definiciones, Pérez Sánchez (1997), refiere la del profesor norteamericano Harry A. Overstrut quien plantea que: “la recreación es el desenvolvimiento placentero y espontáneo del hombre en el tiempo libre, con tendencia a satisfacer ansias psico-espirituales de descanso, entretenimiento, expresión, aventura y socialización”. Como aspecto que sobresale en esta definición está el elemento de socialización de importancia en las funciones sociales de la recreación, sin embargo se plantea en un análisis crítico que en ella no queda preciso el desarrollo que propicia al individuo. Además hace referencia en su libro a una definición elaborada en Argentina, durante una convención realizada en 1967, definición que mantiene plena vigencia, se considera aceptable y completa. “La recreación es aquella actividad humana, libre, placentera, efectuada individual o colectivamente, destinada a perfeccionar al hombre. Le brinda la oportunidad de emplear su tiempo libre en ocupaciones espontáneas u organizadas, que le permiten volver al mundo creador de la cultura, que sirven a su integración comunitaria y al

encuentro de su propio yo, y que propenden en última instancia, a su plenitud y a su felicidad”.

Pérez Sánchez (1997) conceptualiza a la recreación como: “conjunto de fenómenos y relaciones que surgen en el proceso de aprovechamiento del tiempo libre mediante la actividad terapéutica, profiláctica, cognoscitiva, deportiva o artística – cultural, sin que para ello sea necesario una compulsión externa y mediante las cuales se obtiene felicidad, satisfacción inmediata y desarrollo de la personalidad”. En este mismo libro “ Los implementos metodológicos de la recreación como estrategia para el desarrollo humano”, plantea que se requiere, entre otras condiciones, comprender que el tiempo es un recurso no renovable que pertenece al individuo desde que nace hasta que muere; que el modo de ocupar cada instante es una decisión personal condicionada por variables contextuales, discriminar las necesidades ficticias creadas por la sociedad de consumo de aquellas que le pertenecen a la persona y que constituyen la esencia del desarrollo de cada ser; comprender que la calidad de vida es producto coextendido a la totalidad de las actividades del hombre: trabajo y recreación y tener herramientas para hacerse cargo de si mismo, de los procesos y resultados de transformación y desarrollo personal.

El hecho de que el individuo obtenga satisfacción directa de ciertas actividades hace que gran parte de estas sean para él formas de recreación debido a que muchas personas derivan experiencias satisfactorias del mismo tipo de actividad, estas han pasado a ser consideradas como formas de recreación, aunque esencialmente esta es la actitud que caracteriza la participación en estas actividades para que den satisfacción, alegría y desarrollo.

Considerada desde el punto de vista técnico - operativo la recreación es la disciplina cuyo propósito es utilizar las horas de descanso (tiempo libre), en el cual puede el hombre aumentar su valor como ser humano y como miembro de la comunidad, ocupando este tiempo con actividades creadoras y motivándolo para que se enriquezca en los dominios profesional, artístico-cultural, deportivo y social

La recreación representa en sí un conjunto de conceptos etimológicos: Recreativo (latín), restablecimiento; recreación (francés), diversión, descanso, cambio de acción, que excluye la actividad laboral y caracteriza el espacio relacionado con estas acciones.

Por consiguiente el término recreación caracteriza, no sólo los tipos determinados de actividad vital selectiva de la gente durante el tiempo libre, sino también el espacio en que estos funcionan.

Se pudieran mencionar otros conceptos y valoraciones sobre el vocablo recreación e inclusive pudiéramos dar nuestra valoración, lo cual no es lo más interesante, sino tener en cuenta cuando hablamos de recreación, aquellos elementos esenciales que incluye, en relación a lo que ella misma encierra y lo que significa para el hombre y para el desarrollo de su personalidad.

El término recreación aparece acuñado en la literatura especializada en la obra clásica del sociólogo y economista norteamericano Thorstein Veblen, (1899), "The Theory of Leisure Class", donde expresa que debe representar una fuerza activa mediante la cual lejos de ser una evasión del trabajo, sea una actividad para el desarrollo del individuo a plenitud. Esto quiere decir que se irá al cultivo óptimo de sus facultades ya que por medio de esta actividad el individuo se enriquece, profundiza su concepción del mundo.

La recreación proporciona un medio para estimular el crecimiento y la transformación personal positiva aunque se deba considerar que igual número de personas o grupos pueden asumir alternativas y prácticas que no necesariamente conducen a consecuencias negativas o que puede ser utilizado como instrumento para perpetuar valores. Una recreación orientada al desarrollo humano, es un satisfactor de las necesidades humanas, de autonomía, competencia, de expresión personal e interacción social dentro del entorno del individuo.

Sin embargo, la recreación no contribuirá al desarrollo humano en ausencia de una dimensión moral y ética sostenible, por lo tanto, como se dijo, hay que tener en cuenta que en la recreación se reproducen muy diversos valores y expresiones que igual no son consecuentes con una sociedad sostenible, por lo que se deben combinar con los valores sociales que sustentan la equidad, y que contradigan aquellos que no propician un desarrollo humano desde las identidades personales y sociales, fomentando que estas se construyan desde posturas éticas mínimas, ínter subjetivas y racionales.

Esto implica llegar a acuerdos, incluso dentro del sector de la recreación, de cuáles son los valores que han de sustentar un marco social que promueva el desarrollo humano a partir del fomento del potencial creativo, de las capacidades que influyen positivamente sobre los individuos y los grupos, y el autocontrol de los negativos, como la indisciplina social, el alcoholismo, el abuso de los recursos naturales. Como anota, Tabares (2005), la definición de los potenciales positivos y negativos depende de los acuerdos entre individuos y sociedades, lo que nos lleva nuevamente a la necesidad de acuerdos éticos y morales.

La recreación en el ámbito mundial ha venido tomando fuerza y relevancia en todos los estratos socio económicos, así como en diversos sectores como el educativo, el empresarial y en especial el social- comunitario. De esta forma se esta frente a un momento en que, para las sociedades, el tiempo libre pasa a ser una variable fundamental en las aspiraciones de una calidad de vida superior. No obstante, el consumo de este tiempo, en función de los procesos sociales actuales, se caracteriza por ser: exigido, impuesto y en muchos casos establecido. Por lo que se hace evidente la necesidad no sólo de políticas sociales que atraigan a los ciudadanos, sino también políticas recreativas que integren a la comunidad, por ello se plantea la articulación entre la participación comunitaria y la gestión estatal, ya que en la sociedad actual, constituye un requisito básico para el ciudadano capacitado: saber lo que piensa, decir lo que siente y generar conocimientos para mejorar el ambiente que lo rodea. Tales habilidades y aptitudes pueden desarrollarse en el tiempo libre de forma placentera

La recreación como una disciplina que declara ser formativa y enriquecedora de la vida humana, debe ser utilizada como una herramienta pedagógica en el proceso de formación de formadores, toda vez que su desarrollo y aplicabilidad rompe con los esquemas rígidos de la pedagogía tradicional, permitiendo explorar y desarrollar la potencialidad lúdica y creativa del hombre en un ambiente de goce, placer y satisfacción.

Se han presentado algunas definiciones importantes sobre recreación, como punto de partida para futuros análisis ¿Qué se entiende por recreación? ¿Qué significado tiene esta dentro del marco social? y muchas más serán las preguntas que podrían surgir referentes a esta actividad y las respuestas serán igualmente variadas por la amplitud que encierra el concepto, el cual es tan vasto como variados pueden ser los intereses humanos.

¿Que es la recreación física?

En este caso se especifica el tipo de contenido que deben poseer estas actividades puesto que se mantiene que debe ser practicada en tiempo libre, a voluntad de los participantes, que brinde satisfacción inmediata, una forma de descanso activo en la cual el hombre se divierte y logra desarrollo de su personalidad y de sus capacidades físicas .

Es así que se llega al siguiente concepto elaborado por Aldo Pérez (1997), y con el cual el autor de este trabajo concuerda plenamente: “Es el conjunto de actividades de contenido físico- deportivo o turístico a las cuales el hombre se dedica

voluntariamente en su tiempo libre, para el descanso activo, la diversión y el desarrollo individual”

Claro está, al plantear que es un conjunto de actividades con contenido físico – deportivo, recoge todas aquellas actividades que cumplen con los principios de las actividades en función recreativa y que estas pueden ser de las mas variadas, representadas en juegos o deportes, pero también aquellas en función de las posturas que pueda asumir el hombre, entretenimiento, competencia, prácticas sistemáticas y entrenamientos. Entonces se plantea que la recreación física es toda la actividad de contenido físico, deportivo y turístico a las que se dedica el hombre en el tiempo libre con fines de entretenimiento, esparcimiento al aire libre, competición o prácticas sistemáticas de actividades específicas, siempre y cuando prime su voluntad y la selección de cuándo, cómo y dónde las realiza en función de su desarrollo personal. A lo que se llama recreación física, se conoce indistintamente en varios países como deporte de masas, deportes para todos, cultura física popular, deporte no calificado, es decir que a la recreación física el hombre puede dedicarse desde distintos puntos de vista como:

- Participación en actividades recreativas físicas diversas, de forma sistemática o no, convocada en momentos determinados (juegos, competencias, entrenamientos, deportes, actividades físicas en la naturaleza, etc.)
- La práctica sistemática de un deporte de preferencia, en interrelación con otros practicantes sin que medie un pedagogo o un profesor.
- Participación en actividades físicas de tiempo libre como un proceso pedagógico organizado y dirigido por profesores de la recreación física.

Estos puntos de vista sobre el carácter de las actividades de la recreación física, seleccionadas por los participantes llevan consigo el cumplimiento de ciertas normas que pueden ser conveniadas entre los participantes, con relación al nivel de conocimientos y habilidades de los que participan, buscando que estén al alcance de todos los que seleccionen una u otra actividad o simplemente estar condicionadas a las exigencias o particularidades de un tipo de actividad.

¿Que quiere decir esto?

A la recreación física tradicionalmente se le ha querido mirar como una actividad destinada a llenar el tiempo libre del individuo, donde el hombre sienta diversión y satisfacción; pero como se dijo con anterioridad lo que puede resultar una actividad recreativa para una persona o grupo de participantes deja de serla para otros que no se inclinan o no la tienen en sus intereses. Ahora bien, cada vez que se selecciona una actividad de acuerdo a la preferencia individual y se opta por practicarla de

acuerdo a los puntos de vistas anteriores, entonces hay que acatarlas de acuerdo a las exigencias de estos puntos de vista. Ejemplo: si durante el tiempo libre se opta por la práctica de un deporte de combate (JUDO), se puede realizar desde los distintos puntos de vista analizados anteriormente, pero si se decide matricular en un grupo ya que se quiere desarrollar el nivel cognoscitivo, habilidades y capacidades, entonces se deben acatar las normas del proceso docente del judo en las áreas masivas; esto puede suceder igualmente en otros deportes.

¿Deja de ser recreativa esta actividad para quien opto por ella de esa forma?

De ninguna manera, esta actividad sigue cumpliendo dicha función para este individuo que durante su tiempo libre, seleccionó esta preferencia, la forma y el modo de realización.

1.2.1- La recreación en el tiempo libre.

La recreación es un concepto que evoluciona con el ocio y que necesitando de un tiempo para desarrollarse -que preferentemente suele ser el tiempo libre- y de una serie de actividades para ocuparlo, se caracteriza fundamentalmente por ser una actitud personal. Así, Puig y Trilla (1985) entienden el ocio como tiempo libre, más libertad personal, y las actividades requieren libre elección y libre realización, disfrutar en el transcurso de la acción y satisfacer necesidades personales aunque la acción tenga finalidades colectivas.

Pastor (1979: 80) al realizar su definición sobre la recreación como “todo tipo de actividades realizadas dentro del ocio o tiempo libre, no sujetas a normas o intereses laborales, con carácter voluntario y amateur y capaces de desarrollar la personalidad y de ofrecer al hombre una plataforma desde la cual pueda compensar las carencias y déficit surgidos en el resto de ámbitos y momentos de su existencia” muestra claramente la relación existente entre ambos conceptos, ocio y recreación.

Destacando la importancia de la actitud del sujeto y relacionando el concepto genérico de recreación con el específico de recreación física, Martínez del Castillo (1985) define ésta “como aquella condición emocional interior del individuo que emana de las sensaciones de bienestar y de propia satisfacción proporcionadas por la preparación, realización y/o resultados de alguna de las variadas formas de actividad física (con fines no productivos, militares, terapéuticos) existentes”. En definitiva y en palabras de Miranda (1998) la función más importante de la recreación es procurar al individuo bienestar, expresión, sano desarrollo de sus capacidades creativas, expansión de sus horizontes personales. En consecuencia, la misión fundamental del profesional de la recreación es educar para el ocio.

Las discrepancias entre quienes abordan la recreación más allá de la puesta en marcha de la actividad por la actividad, revelan los diversos esfuerzos por caracterizar y precisar los límites de la recreación como disciplina. Estos esfuerzos tienen, por supuesto, múltiples orígenes. Podemos mencionar entre otros, los marcos de referencia que se han adoptado para explicar lo recreativo y la recreación (igual que sucede en otras disciplinas donde se encuentran marcos teóricos, concepciones e ideologías distintas cuando no contrapuestas en torno a lo recreativo, el ocio y el tiempo libre); en algunos casos, se otorga un excesivo peso específico a los motivos sociales asignados a la recreación y en ese sentido se define la recreación como la actividad que por excelencia, asegura calidad de vida, salud, educación, descanso, diversión, desarrollo; rasgos y motivos que parecen coincidir con los atribuidos a otras prácticas; en otras ocasiones el énfasis recae en los aspectos académicos y de investigación o en la profesionalización; infortunadamente este no es el tópico que alcanza mayor desarrollo en este medio. Aunque sí parece más común la significativa importancia que se otorga a la relación de los componentes recreación-educación, cada vez que se trata de justificar los procesos de intervención en comunidades, organizaciones e instituciones. Es también muy común, que se establezcan relaciones mecánicas entre la actividad recreativa y la cultura, y como parte de estas el arte o el deporte, de este modo se observan ofertas tales como recreación cultural, actividades artístico recreativas o deportivas, sin que medie ningún análisis relativo a la naturaleza de cada una de estas actividades o sobre el origen de sus vínculos.

Por último, las discrepancias se expresan en la manera de entender la interdisciplinariedad presente y propia del campo.

En relación con todo lo expuesto anteriormente, es considerada la práctica físico-deportiva como recreación y debe mostrarse como una actividad eminentemente lúdica, divertida, generadora de placer que, aunque susceptible de establecerse de forma sistemática y rigurosa, se presenta generalmente como flexible, libremente aceptada, en donde el placer de jugar y el disfrute del propio proceso del juego son fundamentales.

1.3- El programa de la recreación física y la edad:

La edad es uno de los aspectos particulares más importantes en el programa de recreación física. Los encargados de esta actividad deben tener muy claras las diferentes características del hombre en su desarrollo endogenético, pues esto es lo que permite especializarse en determinados estratos, desde los más jóvenes hasta la

tercera edad y a partir de la consideración de las características particulares de cada grupo de edad, buscar las variantes óptimas para organizar el programa.

Considerando lo antes expuesto se enfatiza que el contenido de las necesidades recreativas en estrecha relación con el grado de desarrollo biopsicosocial de cada grupo de edad es la base para elaborar un programa recreativo - físico educativo y eficiente.

A partir de estas consideraciones se puede profundizar en cada grupo de edad, los cuales de manera general se presentan de la siguiente forma:

- a) Niños (0 hasta 5; 6-12 años)
- b) Adolescentes (13 - 16 años)
- c) Jóvenes (17 años hasta 30 años: estudiantes y trabajadores.)
- d) Adultos (31 - 45 años, 46 – 60 años)
- e) Edad avanzada o tercera edad (más de 60 años).

Es algo aventurado establecer límites estrictamente demarcados en cuanto a la tendencia de los niños y jóvenes según su edad hacia las diferentes formas de actividad física - recreativas. La experiencia muestra cómo la edad cronológica sólo se determina a muy grandes rasgos, los tipos de expectativas inherentes a niños, jóvenes y adultos, considerándose que las diferencias en las apetencias lúdicas varían con celeridad en los primeros meses de vida, para ir alargándose paulatinamente los períodos a medida que avanza la edad. Así ya en la adolescencia los intereses recreativos marcan un cambio concreto en su paso a la juventud, para de aquí en adelante sólo variar de acuerdo a hábitos y costumbres de uso general y no particular.

Los espacios periurbanos son una oportunidad para la ejecución de las actividades físicas recreativas en el desarrollo local de los consejos populares del municipio, en función de los espacios naturales o de alternativas en estos, sin tener que recurrir a la construcción de instalaciones deportivas, es decir un programa de actividades físicas desde su propio desarrollo local. Los espacios periurbanos permiten a los actores sociales proyectar un grupo de actividades físicas y deportes que se realizan en pleno contacto con la naturaleza: Entre estos se pueden mencionar:

Carrera de orientación. Pesca deportiva

Marcha de Orientación. Caza deportiva

Senderismo Ecoactividad.

Turismo Deportivo. Caminatas, trotes

Círculos de Recreación Turística Cicloturismo. Etc.

1.4- La planificación de la recreación física.

Existen multitud de posibles citas y definiciones acerca de la “Planificación”, sin embargo la esencia de la planificación del tiempo libre consiste en el aseguramiento de las condiciones óptimas para el desarrollo armónico de todos los miembros de la sociedad de su libre actividad, con la finalidad de consolidar las mejores relaciones entre la sociedad y la personalidad. Pérez Sánchez, Aldo (1997).

La planificación de las actividades físico recreativas no es una fórmula para sumar los intereses y preferencias de los distintos grupos de edades a un plan concebido en el municipio o consejo popular, es además tener en cuenta las características psicológicas, fisiológicas y sociológicas de la comunidad para la cual se realiza la planificación. Los intereses, preferencias, el cómo realizarlas, la postura de los participantes en relación a la ejecución de las actividades y dónde les gustaría y con quién son aspectos que deben ser considerados en una programación recreativa de calidad. Muchas veces la planificación llega hasta los intereses y preferencias y se obvian los anteriores aspectos metodológicos lo que atenta en la motivación y participación de la comunidad en las actividades físicas convocadas; surgen en este momento un grupo de reflexiones alrededor de los participantes y no en el análisis de lo que se dejó de hacer.

Se identifican en la literatura un grupo de componentes de la planificación entre los que sobresalen:

1. Es un proceso continuo que no se agota en un plan, sino que se expresa en diferentes planes y en un reajuste permanente entre medios y fines.
2. Desde un punto de vista analítico, la planificación es previa y preparatoria de las decisiones que serán aprobadas y ejecutadas.
3. Implica todo un conjunto de decisiones, de carácter técnico, político sistemáticamente relacionadas.
4. Para la acción, porque la planificación está dirigida a la acción y no a lograr objetivos de conocimiento puro.
5. Futura, el interés de la planificación es predecir y pronosticar.
6. Dirigidos al logro de los objetivos, ya que la planificación es operativa cuando se han definido los objetivos.

7. Por medios preferibles, desde el punto de vista metodológico se trata de identificar los medios preferibles respecto a unos recursos obtenibles.

En el proceso de la planificación de la recreación, no debe perderse de vista en la consecución de los objetivos, que estos desde el punto de vista institucional y relativos a los propios participantes según los fundamentos didácticos de la recreación, son instructivos y educativos; cada actividad planificada persigue los objetivos institucionales y la de los propios participantes, en relación con la postura que asumen en la ejecución de la actividad, los primeros dirigidos a lo cognoscitivo y educativo, en los segundos sus objetivos son netamente cognoscitivos, sin embargo los objetivos en cada actividad se dan en una unidad de lo instructivo con lo educativo.

La recreación como fenómeno sociocultural de amplia envergadura en las condiciones sociales actuales tiene que ser planificada, ya que ella tiene que cumplir con los objetivos de la sociedad. En las condiciones actuales de desarrollo, la planificación de la recreación es objeto de estudio por diversos organismos e instituciones, ya que el estado brinda una gran significación a este proceso por las amplias implicaciones que posee.

Para una planificación eficaz desde un punto de vista científico y técnico será necesario observar los siguientes requisitos que plantea la literatura en relación a las actividades físicas de tiempo libre:

- a) Toda planificación es, en esencia, un proyecto; en respuesta operacional de la cuestión sobre el tipo de objetivos que se quieren, debe ser capaz de instrumentar e implementar adecuadamente los fines últimos de ese proyecto.
- b) Que los objetivos sean alcanzables, teniendo en cuenta los recursos y los medios disponibles, como así también los condicionantes económicos, políticos, sociales y culturales que conforman el contexto donde se elabora y ejecuta la planificación.
- c) Que la elección de medios asegure el logro de los objetivos con la mayor eficacia y ritmo posibles y con el menor costo financiero, humano y social.
- d) Que establezca un curso de acción escalonado y continuo en el que se indiquen las etapas y modalidades del proceso, conforme una estrategia y estilo de desarrollo.
- e) Que oriente la toma de decisiones y establezca las diferentes etapas asegurando su coherencia, compatibilidad, consistencia, operatividad e integralidad.

f) Que tal planificación suponga un cambio efectivo respecto a la situación actual, valorado según el proyecto técnico que lo sustenta.

g) Creación de procedimientos por medio del que, una vez elaborada la planificación, someta a un proceso de aceptación, rechazo o reelaboración del plan, en función de la expresión popular, sus opiniones y propuestas.

h) La planificación reduce la incertidumbre, introduce la racionalidad en la acción, lo que equivale a creer que las acciones conseguidas sean las más racionales y coherentes.

i) Un plan es un medio, no un fin; la elaboración de una planificación es el inicio del proceso planificador y no su final, y para que esto suceda debe existir voluntad y decisión política. Sin la decisión política de llevar los planes adelante, éstos se convierten en adornos.

Los niveles operacionales de la planificación. Se pueden reconocer cinco niveles básicos:

- Actividad: es la acción que tiene el máximo grado de concreción y especificidad, a través de la cual, y junto con otras actividades, se realiza.
- Un proyecto: es un conjunto de actividades concatenadas, constituye la unidad de un programa y puede realizarse con independencia de otros proyectos.
- Un programa: conjunto de proyectos coordinados entre sí, forma parte de las acciones a realizar para lograr los objetivos del plan al que correspondan.
- El Plan: se entiende como el aspecto global de todas las actividades, como un conjunto organizado de objetivos, instrumentos y recursos para lograr un fin deseado.
- La planificación: máximo grado de generalidad, completo y coherente.

La planificación permite identificar y analizar sistemáticamente las oportunidades y amenazas actuales y que pueden surgir en el futuro, los cuales combinados con otros datos importantes proporcionan la base para que los actores sociales tomen mejores decisiones en el presente para aprovecharse de las oportunidades y evitar las amenazas. Planificación significa diseñar un futuro deseado para las necesidades recreativas en la comunidad, en concordancia con los cambios que se van produciendo en el entorno.

1.5- La recreación física: Contextos en su realización.

1.5.1- Recreación física para un grupo urbano o comunitario.

El grupo urbano o comunidad es un determinado conjunto o espacio residencial en los que existe determinada organización territorial. En correspondencia con las construcciones urbanas y los asentamientos poblacionales se hace imprescindible la organización de la recreación física en su seno como vía del uso del tiempo libre y la satisfacción de las necesidades recreativo físicas de esas poblaciones, con la concepción de que no hay que trasladarse para disfrutar de una agradable actividad recreativa. Se deben crear adecuadas condiciones para organizar las actividades recreativas físicas lo más cerca posibles de las viviendas y bloques de edificio, utilizando los terrenos que existen entre las edificaciones o acondicionando áreas específicas con el concurso y colaboración de todos.

En la programación y proyectos recreativos comunitarios debe aprovecharse básicamente el tiempo libre entre semana, el cual al no ser amplio podría perderse en una larga caminata o viaje para llegar a un centro especializado. La organización de los vecinos, convirtiéndose en protagonistas conjuntamente con instituciones y organizaciones en la realización de actividades recreativo físicas crea excelentes condiciones para un uso educativo y creativo del tiempo libre, a la vez que incide de manera particular en el mejoramiento de la calidad de vida de éstos.

La recreación como elemento de la cultura del hombre debe ser tratada en el desarrollo local con un nivel de consideración consciente por lo planteado con anterioridad en relación a la economía, salud y educación; no debiendo existir un programa de construcción de viviendas sin la planificación de áreas de recreación física, en las que se lleve adelante el programa y proyectos comunitarios de actividades.

Espacios para la realización de actividades físicas de tiempo libre se pueden acondicionar a nivel de zonas, circunscripciones y cuadras que por un lado evitaría el traslado para la ejecución de actividades y por el otro permitirían conservar y cuidar el medio ambiente puesto que son espacios que se forman pequeños vertederos, solares yermos que dan lugar a que proliferen vectores dañinos a la salud del hombre.

La participación de los vecinos en las actividades recreativo físicas crea y desarrolla: Buenas relaciones sociales, sentido de pertenencia zonal, conciencia y hábitos de práctica de las actividades físicas, preservación de la propiedad social y el medio ambiente, conciencia de participación por la comunidad, estilos de vida saludables.

1.5.2- Recreación física en el municipio.

La recreación física está integrada a todas las esferas fundamentales de la vida como ninguna otra esfera de la cultura física, está estrechamente relacionada con el proceso productivo y el empleo del tiempo libre, es parte integrante de la vida social en la fábrica y en la comunidad. El municipio instancia macro social con particularidades socio – históricas que condicionan en parte, de manera particular la vida en él y en donde la recreación física como otras esferas de la vida social debe programarse atendiendo a que las correspondientes esferas de la vida originan formas típicas de participación y preferencia de las actividades recreativas y que las estructuras organizativas e institucionales del municipio, así como las otras formas de organización socio – políticas superiores, proporcionan al individuo escalas de valores sociales y normas de conducta que deben integrarse armónicamente a los objetivos y propósitos que persigue la recreación física.

La recreación física en el municipio tiene que integrar las diferentes formas organizativas de participación (individual y organizada), buscando el justo equilibrio en el uso educativo, activo y creativo del tiempo libre de la población. A nivel local en el municipio deben integrarse como sistema las formas de organización que la integran, es decir, la recreación para grupos urbanos, la recreación física laboral, en las comunidades rurales, a nivel circunscripción, consejo popular, etc.

1.5.3- Recreación física en el ámbito de la circunscripción.

La recreación física en el ámbito de circunscripción posibilita la expresión de las actividades con características esencialmente locales, donde se expresan y condicionan las necesidades recreativo físicas de acuerdo al medio geográfico y a las tradiciones del lugar, como forma organizativa puede reunir características que la asemejan a la recreación para grupos urbanos o comunitarios, como estructura de gobernabilidad en la localidad puede integrar a varios grupos urbanos y comunidades. Cada circunscripción debe poseer su sistema de información y conocimientos sobre las necesidades recreativo físicas como expresión de fenómeno local que permita la proyección estratégica de la recreación física de acuerdo a las necesidades, es decir los intereses de acuerdo a la edad, las manifestaciones que para cada grupo de edad es necesario proyectar en aras del desarrollo humano local.

1.6- Diagnóstico de la situación actual de las necesidades recreativo físicas.

El diagnóstico de la situación actual de las necesidades recreativo físicas constituye una etapa previa que proporciona una base para continuar con el proceso de planificación estratégica. No existe una metodología única para realizar el

diagnóstico; de acuerdo a sus objetivos se utilizan procedimientos bastante detallados y en otras se aplican métodos más simples y concretos. El diagnóstico tiene como finalidad ayudar a los actores sociales decidores a identificar y analizar las tendencias de mayor impacto en el entorno de la comunidad.

Las necesidades recreativas físicas de la población del municipio y los consejos populares es parte del sistema de información y conocimientos para la toma de decisiones en la satisfacción de las necesidades de movimiento de la población de los distintos grupos de edades, debido a que las actividades recreativas como fenómeno local difiere de un consejo a otro, de un municipio a otro, pues dependen de un grupo de factores que hacen diferenciar la estructura del tiempo libre de una zona a otra.

Ahora bien, el conocimiento de las necesidades, preferencias y gustos no sólo es lo que llaman gestión de las actividades recreativo físicas, en esta última entran un grupo de acciones que junto a las mencionadas permiten la satisfacción de los participantes. Se habla indistintamente en el proceso de la recreación de variables tales como: gustos, preferencias, necesidades, intereses, oferta, demanda y aunque todas deben ocupar su lugar durante la gestión de las actividades físicas de tiempo libre, las mismas deben observarse de la siguiente manera:

Gustos: Son aquellas actividades físicas de tiempo libre por las que se inclina y opta los participantes de acuerdo a criterios individuales sin importar el grado de conocimientos, habilidades o hábitos para la práctica de las mismas.

Intereses: Los mismos están relacionados con los gustos, dependen de las individualidades condicionadas por las posturas de los participantes, la forma de realización, lugar de realización, el cómo realizarlas y con quienes realizarlas, las dimensiones del tiempo libre, etc.

Preferencias: las preferencias recreativo físicas es el orden de ejecución que el hombre establece en relación a sus gustos y en relación directa con sus intereses, en las preferencias en muchas ocasiones se establecen en función del conocimiento, habilidades, hábitos que se tenga en relación a las actividades a ejecutar.

Las necesidades: el hombre necesita cada vez más de la realización de movimientos físicos programados que se logran en este caso mediante la actividad física de tiempo libre, estos deben ser dosificados en función de la edad para que surtan efecto en el organismo, en la prevención de la salud, el rendimiento físico, etc., estas

necesidades de movimiento el hombre trata de satisfacerla en la relación que establece a través de sus gustos, intereses y preferencias recreativas.

Estas cuatro variables que se utilizan indistintamente para hacer referencia a las actividades por las que opta el hombre en su tiempo libre son importantes en la gestión del proceso de la recreación a nivel local y de ellas se derivan otras dos variables a las que se denominan:

Demanda: La demanda es la que surge de los gustos, preferencias, intereses y necesidades de la población de las distintas edades ya sea en la escuela, centro de trabajo, circunscripción, asentamiento, comunidad rural y las que deben ser suplidas con una gestión por las autoridades, organismos, instituciones, organizaciones que forman el sistema de la recreación a nivel local.

Oferta: Esta variable es el resultado en la toma de decisiones del sistema de la recreación ante el volumen de información que se diagnostica para la determinación de los gustos, intereses, preferencias, etc.

Otro de los elementos importantes a tener en cuenta en las necesidades e intereses recreativos físicos en los consejos motivo de estudio es diagnosticar acertadamente no sólo los intereses, gustos, o partiendo de estas las preferencias de los distintos grupos de edades, es importante además tener en cuenta la disponibilidad y la posibilidad de las personas a los que se dirigen los programas recreativos físicos

La diversidad de las actividades es, precisamente, uno de los condicionantes que más van a exigir nuevas fórmulas organizativas y de gestión para las actividades físicas de tiempo libre, a fin de coordinar la correcta interacción entre oferta y demanda recreativo -física. Es amparados en el motivo reseñado anteriormente que se puede plantear como problema a investigar el hecho que aparece explicitado a continuación con las siguientes palabras: La escasa adecuación de la oferta a la demanda deportiva como fruto de un incorrecto modelo de gestión.

Algunos de los parámetros de información y conocimientos sobre la recreación física en la comunidad se mencionan a continuación:

- Diagnóstico de las necesidades e intereses recreativos físicos.
- Estructura, magnitud y contenido de la recreación en el municipio.
- Infraestructura material y de instalaciones deportivas recreativas.
- Capacitación de los profesionales de la Recreación Física en el municipio.
- Que el programa de actividades tenga distintos niveles de dificultad.
- Que el programa de actividades varíe a menudo.

- Que el programa de actividades sea lo que la gente pide.
- Que ofrezcan distintos tipos de cuotas y la posibilidad de cambiar de una a otra.
- Selección de los indicadores de sostenibilidad de la Recreación Física en el municipio.
- Evaluación de los programas recreativo físicos para los distintos niveles de edad.
- Caracterización fisiológica y psicológica de la población residente en los consejos populares del municipio y por grupo de edades.
- Instrumentación de actividades recreativas físicas en la naturaleza que redunde en las dimensiones físicas, ambientales y sociales de la población del municipio.
- Ejecución de las actividades del programa en función de los objetivos de los participantes.

1.7- La gestión de las actividades recreativo físicas en el espacio peri urbano.

Una de las cuestiones a resolver es la ejecución de las actividades recreativas físicas en el espacio peri urbano como una alternativa en el desarrollo local, en general estas actuaciones han sido llevadas a cabo sin criterios integrados en las cuestiones derivadas de las características y elementos ambientales.

Muchas de las actividades recreativas se han realizado en áreas de terrenos frágiles y aptos; el desarrollo de técnicas ha dado al hombre una capacidad importante para alterar las características del medio ambiente, lo que origina graves problemas en la utilización de los recursos naturales de gran potencialidad para la recreación, con consecuencias a veces irreversibles. Una de las consecuencias inmediatas es la conflictividad entre uso y recursos.

De aquí surge que la gestión debe estar encaminada a la resolución de problemáticas de localización de las actividades, no solo desde el punto de vista técnico sino también desde la minimización de los efectos ambientales sobre el medio. En los programas recreativo físicos se habla de acciones para el desarrollo y conservación del medio ambiente, verdaderamente pocas veces estos conceptos se combinan, en este sentido es necesario un punto de equilibrio entre los elementos del medio natural y las acciones que a través de las actividades recreativo físicas ejecutan los participantes y actores sociales en general.

Con el objetivo de lograr un desarrollo exitoso en este trabajo y garantizando bases sólidas para la argumentación y comprensión de todos aquellos elementos que en mayor o menor grado pudieran incidir en los resultados de esta investigación, fueron utilizados los elementos más actuales, extraídos de libros, folletos, informaciones, temáticas, recortes, etc.

1.8- Las programaciones recreativas.

Los programas recreativos deben partir del conocimiento de las necesidades e intereses recreativos, condicionadas por factores generales determinantes, entre los que se encuentran el socio económico, demográfico, psicológico, medico biológico y naturales. En ellos se incluyen otros más específicos como el nivel profesional de la población, la edad, sexo, tradiciones; siendo estas necesidades dialécticas y dinámicas.

Considerando esto, se enfatiza en el contenido de las necesidades recreativas, en estrecha relación con el grado de desarrollo biosicosocial de cada grupo de edades lo que constituye la base para elaborar un programa recreativo educativo y eficiente, cuya esencia siempre será la opcionabilidad, al ser ejecutado por las personas solo de forma voluntaria y espontánea y no de forma compulsada y obligada.

Sin embargo, la realidad práctica evidencia que aún estos elementos no se logran concretar eficazmente, manifestándose en la mayoría de los casos, programas faltos de integralidad, predominando la oferta difusa (actividades propias de cada lugar que se realizan por hábitos, costumbres, de forma individual) por sobre la oferta planificada o programada (actividades cuya organización, aseguramiento o ejecución es realizado por organizaciones especializadas)

Es por ello que gran parte de los programas recreativos en el país tienen fama de superfluos, carentes de procesos, desorganizados y que no conducen a fines que permitan el desarrollo de los individuos, las comunidades o las empresas. Esta mala imagen se debe en parte a la falta de formación técnica y profesional del personal que orienta las acciones recreativas en el campo social, empresarial y turístico.

Los principios dentro de un programa se basan en los hechos que se derivan del estudio del comportamiento humano y de la naturaleza de la sociedad en la cual vivimos, e incluye las experiencias y las soluciones que los dirigentes han enfrentado y solucionado ante problemas y situaciones diferentes.

El programa debe incluir diversas actividades basadas en tres aspectos importantes del participante:

- Sus necesidades.
- Sus intereses.
- Sus habilidades.

Lo más importante dentro del programa recreativo es el participante, en él debe estar centrada toda la atención. La idea es programar con el participante y no para el

participante. Un programa debe ser suficientemente vasto como para proveer un campo amplio de opciones para toda la gente, sin ningún tipo de diferencias o preferencias por edad, sexo y habilidad.

El valor de un programa y de las actividades que involucra, debe ser medido por el grado de influencia positiva que ejerce sobre el individuo:

- Mayor apertura de su nivel cultural.
- Aumento del equilibrio emocional.
- Mayor nivel de participación social.
- Mayor tolerancia en su accionar.

El programa debe ampliar los intereses de los participantes y orientarlos hacia experiencias más positivas y satisfactorias. Los deseos de los participantes sirven como referencia y punto de partida, nunca como una base exclusiva de un programa. Los deseos y los intereses de las personas y, por consiguiente, de la comunidad, están limitados por experiencias. Los dirigentes, especialmente los profesionales del área, deben presentar nuevos campos de acción. No perpetuar y limitar.

El programa debe ser lo suficientemente amplio para servir en el presente y en el futuro a cada participante. Las actividades que componen un programa deben ser proyectadas de tal forma que las habilidades adquiridas puedan acompañar a las personas en el transcurso de su vida, sin que esto se constituya en tomar partido por un solo tipo de actividades, sino que debe haber equilibrio entre lo actual y lo futuro.

Se debe tener en cuenta que las actividades recreativas son medios dentro del proceso de enseñanza y aprendizaje de hábitos para la vida y para el logro de fines.

Para que el programa recreativo cumpla su alcance educativo debe tener líneas claves de acción:

- Que participen personas de diferentes edades.
- Que participen a la par hombres y mujeres.
- Que concurren personas de diversos estratos socioeconómicos.
- Que no existan limitaciones por diferencias políticas o religiosas.
- Que se utilicen diversas técnicas de trabajo: individual, en grupo, masivo.

Todos los factores descritos anteriormente constituyen la metodología recreativa para lograr el verdadero alcance educativo de la recreación, pero estos mismos factores son los que la hacen vulnerable cuando no es profesionalmente orientada, pues puede llegar a producir efectos contrarios a los deseados (contra-valores); por otro lado, las principales características de la actividad recreativa (libertad, espontaneidad

y creatividad) deben ser cuidadosamente orientadas para no incurrir en el activismo. Entre las características que debe reunir un programa recreativo se encuentran:

Equilibrio:

- Entre las diferentes actividades: El programa debe ofrecer en lo posible la misma cantidad de actividades en las áreas de música, teatro, deportes, campamentos, etc.
- Entre las distintas edades: Posibilidad de participación de niños, jóvenes, adultos y adultos mayores.
- Entre los sexos: Dar la oportunidad de que participen hombres y mujeres.
- Entre las actividades formales e informales.

Diversidad:

- El programa debe comprender un amplio espectro de actividades para todos los gustos y necesidades.
- Referida a la organización y la presentación de la actividad en forma distinta.
- Diversidad de niveles de acuerdo al grado de habilidades de cada participante.

Variedad:

- Al presentar actividades especiales que rompen la rutina y motivan la participación.
- Al complementar el programa con otras actividades.

Flexibilidad:

- Para responder a las necesidades cambiantes de los participantes.
- Para adicionar actividades nuevas que respondan a demandas especiales.

1.9- El voleibol como disciplina deportiva.

El voleibol es una disciplina que ha alcanzado un desarrollo vertiginoso no solo en resultados competitivos, sino en el incremento en cuanto a la cifra de participantes, así como las constantes modificaciones del reglamento, además ha logrado llevar a la práctica los fundamentos de la preparación deportiva sostenible priorizando en primer lugar la salud del hombre antes que cualquier resultado, por otro lado todos estos factores provocan un elevado nivel de exigencia de los jugadores de voleibol tanto físico, técnico como táctico, por lo que el organismo de un atleta desde el punto de vista fisiológico sufre variaciones con respecto a otras disciplinas, es por eso que las características fisiológicas que caracterizan al mismo son las siguientes:

- ☐ Movimientos menos intensos que los del baloncesto, lo cual condiciona que las variaciones vegetativas sean menos marcadas.
- ☐ Los complicados movimientos de coordinación exigen desarrollo de los músculos esqueléticos, fundamentalmente de sus cualidades Rapidez y fuerza.

- El campo visual se encuentra ligeramente aumentado y esto permite mejor orientación en el terreno, la necesidad de seguir los movimientos del balón continuamente y de esta forma se perfecciona el aparato visual motor.
- Los cambios respiratorios en la circulación sanguínea dependen del ritmo de juego y de la actividad del jugador.
- La frecuencia cardíaca durante el juego oscilan entre 170/190 pulsaciones x min.
- La frecuencia respiratoria de 42 a 48 ciclos x minutos.
- La ortoforia es mayor en comparación con otras disciplinas deportivas.

1.10- La actividad física en el hombre como un ente biopsicosocial.

Desde la antigüedad, la importancia de las actividades físicas se ha reconocido como una actividad humana importante para el mejor desarrollo y mantenimiento de la calidad de vida del hombre. Con el advenimiento de la educación obligatoria y la inclusión de la educación física en los programas educativos, las actividades físicas, los deportes y la recreación se han convertido en parte de la vida de todos. El reconocimiento por parte de la profesión médica de los valores de la actividades física para una vida sana, ha contribuido al nuevo y creciente interés de la población en general por las actividades físicas; al extremo que hoy en día las ciudades están siendo ampliamente utilizadas como pistas de trote y campos de juego, cambiando los criterios de planificación urbana de no hace mucho tiempo atrás.

Para la realización de todas las actividades físicas y los deportes se necesita un espacio o una instalación y la calidad de éstos será un factor decisivo en la participación de la gente. Hay en consecuencia una verdadera necesidad de proporcionar los espacios y las instalaciones adecuados a toda la población. En los últimos años ha habido un reconocimiento general del papel fundamental de las actividades físicas en la salud y el bienestar a lo largo de la vida, debido a su promoción por parte de la organización mundial de la salud y de la profesión médica en general de esas actividades como parte de sus prioridades.

Las actividades físicas son un factor fundamental en el desarrollo humano desde el nacimiento hasta los últimos años de vida y por consiguiente deben ser consideradas como uno de los factores más importantes de los planes de desarrollo socioeconómico de todos los países. Todas las actividades físicas, deportivas y de recreación necesitan un espacio o una instalación que las haga posibles, por lo tanto cualquier programa concebido para mejorar la calidad de vida debe considerar espacios e instalaciones, cualitativa y cuantitativamente bien definidos.

A nivel mundial existe el programa deporte para todos, en el cual existen varias organizaciones mundiales que ayudan a promover y desarrollarlo como la UNESCO, OMS (organización mundial de la salud) y el COI. El mismo está destinado a promover la actividad física, deportiva, recreativa y para la salud; de manera permanente con propósitos físicos o estéticos, realizados por grandes grupos poblacionales, de todas las edades (niños, jóvenes, adultos y tercera edad), de diferentes sexos y procedencia social.

Si el hombre es un ser social, también es un ser cultural en cuanto hereda y se apropia de los instrumentos y conocimientos que han quedado de las generaciones anteriores con el objeto de vivir su existencia. "Ser cultos para ser libres" no constituye una metáfora ni un bello pensamiento, es una inexorable ley existencial. Si a esta ley enunciada por Martí, le vinculamos otra enunciada por Marx, "La enfermedad es la libertad restringida", entonces, por simple lógica Aristotélica, arribaríamos a la conclusión de que resulta necesario "ser cultos y libres para ser sanos".

Según lo definido por la WHO, Organización Mundial de la Salud, el hombre es un ente biopsicosocial. A continuación se refiere cómo las actividades físicas ayudan a fortalecer y mejorar estos aspectos de la personalidad del hombre:

Desde el punto de vista biológico:

- Mejorar la capacidad respiratoria
- Mejorar la capacidad cardiovascular
- Mejorar la motricidad
- Fortalecer el sistema de articulaciones
- Mejorar el sistema muscular
- Fortalecer el sistema óseo
- Mejorar el funcionamiento orgánico en general
- Mejorar la salud y el bienestar general

En lo concerniente a los aspectos psicológicos, contribuyen a:

- Desarrollar la auto confianza
- Desarrollar la capacidad de perseverancia
- Proporcionar sentido de satisfacción
- Desarrollar valores morales
- Permitir expresión personal
- Aprender a aceptar la derrota
- Aprender a ganar con dignidad

- Preparar para la lucha diaria por la vida

En la relación con los aspectos sociales, contribuyen a:

- Promover las relaciones interpersonales
- Consolidar los nexos familiares
- Desarrollar el sentido de la amistad
- Desarrollar sentido de comunidad
- Desarrollar el sentido de pertenencia
- Desarrollar el sentido del orgullo nacional
- A la interacción social
- Aprender respeto a normas y reglas
- Promover el entendimiento intercultural.

1.10.1- Caracterización psicológica de los niños entre 8 y 10 años.

El niño se convierte en escolar, entra a la escuela. En el contexto de las tareas escolares el niño alcanza paulatinamente un desarrollo notable de todos sus procesos, funciones y cualidades psicológicas. Por producirse substanciales variaciones en todos los tejidos y órganos del cuerpo y la incompleta osificación del esqueleto, presenta gran flexibilidad y movilidad, lo que le permite grandes posibilidades en la práctica de la educación física y los deportes. Por desarrollarse primero los músculos grandes, son capaces de hacer movimientos relativamente fuertes, pero les resultan más difíciles los movimientos pequeños que requieren de precisión.

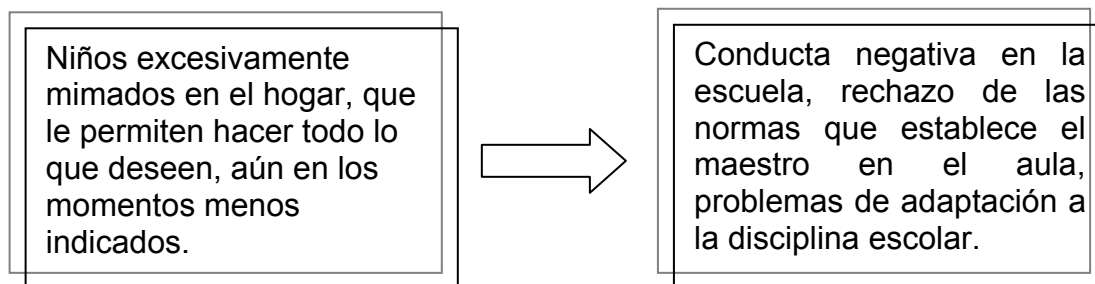
Características psicológicas de la etapa:

- La nueva situación social de desarrollo implica por una parte que el niño ocupará una nueva “posición social” (la del escolar) con el conjunto de exigencias que esto conlleva.
- En el sistema de la actividad aparece una nueva forma: el estudio, que posee para el niño carácter obligatorio y socialmente importante, lo cual le proporciona un notable número de conocimientos y habilidades, que satisfacen sus nuevas necesidades y motivos, independientemente que subsisten las motivaciones por los juegos y otros tipos de actividad productiva.
- Su posición interior está vinculada a una actitud positiva general hacia el proceso de asimilación de conocimientos y habilidades.

- Desde los primeros días en la escuela es necesario descubrir ante él claramente las reglas de conducta a seguir en clase, en casa y en lugares públicos, su nueva posición, sus obligaciones y derechos en esta nueva etapa.
- Se manifiesta la avidez por saber, el interés teórico por lo que le rodea, aunque en los primeros momentos no posea interés cognoscitivo por el material didáctico.
- La entrada a la escuela puede conducir a la aparición de dificultades de adaptación a ésta en numerosos niños. Al finalizar la etapa preescolar los niños poseen un gran interés en su próxima incorporación a la escuela, fomentado por los adultos. Pero para él son los atributos externos de la escuela (el nuevo uniforme, que por primera vez vestirán, el uso de las nuevas libretas, libros, lápices y bolígrafos, la mochila o maletín escolar, acabado de adquirir, etc., el saber que acudirán a un lugar donde habrá grandes pizarras, terrenos para jugar y divertirse, conforman una serie de estímulos atractivos que lo identifican con la escuela, ignorando los deberes a los cuales se enfrentarán de inmediato. Frecuentemente se observan tres tipos de dificultades:
 - Vinculadas a las particularidades del nuevo régimen escolar (hay que despertarse temprano, no se pueden perder clases, hay que permanecer sentado y tranquilo, es necesario realizar los tareas escolares en casa diariamente).
 - Vinculadas a las nuevas relaciones con el maestro, los compañeros de clase y la familia. No es extraño que el alumno de primer grado se pierda en el nuevo ambiente, no pueda fácilmente trabar conocimiento de pronto con sus compañeros y se sienta solo.
 - Vinculadas a la comprensión de que la escuela es mucho más que sus atributos externos (a menudo caen en la indiferencia y la apatía, por pérdida de la imagen positiva e ingenua que poseían antes de entrar a dicha institución).
- Si en las actividades anteriores del niño la asimilación interviene como un producto derivado y no es básico, el contenido de la actividad estudiantil tiene una particularidad distintiva: su parte principal la constituyen los conceptos científicos, las leyes de la ciencia y las técnicas generales de resolución de los problemas prácticos, que apoyan todo lo anterior. Solo en el estudio intervienen como objetivo básico y resultado principal de la actividad, la asimilación de conceptos científicos y las habilidades correspondientes.
- El estudio no excluye otras actividades de los niños. Desempeña un papel importante en esta edad el trabajo en dos formas características: el autoservicio y la fabricación de pequeños trabajos manuales, lo que es muy favorable para el desarrollo del control de los movimientos diferenciados y coordinados; inclusive

en algunas escuelas esporádicamente los escolares menores participan en actividades productivas en pequeños huertos: Ello inculca en los niños el sentimiento de respeto por el trabajo de los adultos. y se debe acompañar con el cumplimiento de tareas en el hogar, como poner en orden su guardarropa, tender su cama, etc.

- Las adquisiciones psicológicas más importantes del escolar menor se vinculan al control de la voluntad y a la reflexión. El niño siente deseos de hablar con el compañero de al lado, levantarse para ir a mirar por la ventana lo que sucede en el exterior, pero no puede, ejercita su lenguaje interior para decirse a sí mismo que no es posible, pues el maestro no lo permite y de esta forma va desarrollando el control volitivo de su personalidad.



- A través del cumplimiento de las tareas en la escuela, el niño desarrolla notablemente:
 - La capacidad de observación (la percepción se encauza, se torna consciente de forma sistemática.
 - La atención voluntaria (aprende a atender de forma estable los objetos necesarios y no solo los atractivos para él. En primer grado es inestable, a partir del segundo grado se va perfeccionando).
 - La memoria voluntaria (la productividad de la memoria en los escolares menores depende de la comprensión del carácter de la tarea y del dominio de los procedimientos y modos de retención y reproducción. Del primero al tercer grado aumenta la retención de los conocimientos expresados verbalmente con mayor rapidez que los memorizados por vía visual).
 - El sistema de comunicación, al incluir en las relaciones niño – adulto, no solo el medio familiar sino también al maestro, figura que ocupa un lugar fundamental para el bienestar emocional del niño (sobre todo en los primeros grados), en función de la valoración que hace de su conducta y actividad. Además, las relaciones del niño con sus coetáneos no se circunscriben a la actividad informal del juego, sino que también se desarrollan en los marcos de la actividad de estudio, que presenta un carácter colectivo y organizado.

Características psico evolutivas en niños de 8-10 años.

Ámbito Cognitivo:

Características: Muy global, pero entiende y atiende mejor.

Implicaciones: Actividades fundamentalmente globales y polivalentes.

Ámbito Social:

Características: Va superando el egocentrismo, le gusta medirse con otros.

Implicaciones: Fomentar el trabajo en equipo. Iniciar en el mundo de las reglas y competencias.

Ámbito Emocional:

Características: Más estable, menos fantasioso, mejora la concentración.

Implicaciones: Entiende mejor las tareas propuestas, pudiéndose realizar durante más tiempo.

Ámbito Motriz:

Características: Avance general, mejora las habilidades motrices y cualidades físicas.

Implicaciones: Mayores posibilidades: Trabajo de habilidades genéricas y específicas, inicio en el desarrollo de las cualidades.

Breve caracterización de los niños que conforman la muestra de este trabajo:

- Peso y talla en correspondencia con los parámetros establecidos para el crecimiento biológico del intervalo de edad.
- Favorable motivación por la realización de ejercicios físicos.
- Muestran responsabilidad ante la realización de las tareas y actividades asignadas.
- Manifiestan alegría, satisfacción, entusiasmo y tratan siempre de mantener protagonismo.
- Ante las tareas de aprendizaje revelan asimilación medianamente rápida.
- Viven en condiciones familiares donde prevalece un nivel de vida medio y donde todos los padres son trabajadores.

Después de haber realizado un largo recorrido por los aspectos que encierra el análisis de los documentos y la revisión bibliográfica en general relacionada con los antecedentes teórico-metodológicos del proceso de la recreación física se pudo constatar que no fue hasta después del triunfo de la revolución y con la creación del INDER que se comienza a desarrollar en el país un verdadero movimiento recreativo, dándole las mismas opciones y posibilidades a todos, y con el firme propósito de brindar salud y alegría, lo cual se resume en la elevación de la calidad

de vida. Por ello, todo trabajo que tribute a mejorar o perfeccionar los modos de actuación de cada una de las personas para sí y para el colectivo será entonces el granito de arena que cada cual ofrezca en aras de garantizar el desarrollo íntegro de las futuras generaciones. Por otra parte se hizo referencia a un conjunto de conceptos relacionados con la recreación y recreación física. Llegando a la conclusión de que el autor de este trabajo concuerda con los elaborados por el autor Aldo Pérez Sánchez.

CAPITULO I I. MARCO METODOLÓGICO, RESULTADOS Y PROPUESTA,

2.1- Valoración del tipo de estudio investigativo

La presente investigación está fundamentada en la estrategia investigativa clasificada como explicativa- pre experimental, ya que está orientada a realizar un estudio sobre el comportamiento de la recreación, basada en actividades propias del Voleibol, en la comunidad con las primeras edades, específicamente con los niños de 8-10 años pertenecientes a la circunscripción No. 170 del Reparto “Pedro Raúl Sánchez” del municipio Pinar del Río, donde se realizó un estudio diagnóstico para conocer las principales dificultades y las respectivas causas que provocan el débil comportamiento de la recreación, en cuanto a actividades recreativas ofertadas, para los niños entre 8-10 años en las áreas recreativas permanentes de la comunidad, además dicha investigación es clasificada como explicativa porque se requiere de la combinación del método analítico-sintético con el inductivo-deductivo, los cuales permitieron fundamentar la esencia de la problemática, dicho en otras palabras el por qué del objeto que se esta investigando.

Por otra parte se pretende utilizar actividades recreativas que permitan resolver la problemática existente sin llegar al nivel de validación de dicha propuesta por lo que la investigación es experimental de tipo Pre-experimental ya que la información que se obtiene es de forma intencional realizada por el investigador y las actividades están encaminadas a modificar la realidad, y de esta forma aproximarse de forma intuitiva a la realidad del objeto investigativo, obteniendo un reflejo mediatizado con

una visión simplificada de la realidad objetiva, en diferentes momentos, llegando a comprender mejor las teorías y los fundamentos en la investigación.

2.2- Caracterización de la comunidad motivo de investigación.

La circunscripción No. 170 esta enclavada dentro del Reparto "Pedro Raúl Sánchez", conjuntamente con las circunscripciones 23,115 y 24, perteneciendo todas al Consejo Popular "Ceferino Fernández Viñas".

Las organizaciones que la conforman según la resolución 02 del Presidente del Poder Popular en la provincia son las siguientes:

- 2 zonas de los CDR con 2 coordinadores;
- 2 bloques de la FMC con dos secretarias;
- 1 asociación de base de la ACRC con un presidente;
- 1 núcleo zonal con su secretario general.

El consejo popular Ceferino Fernández Viñas, donde se encuentra enclavada la circunscripción motivo de investigación, se encuentra localizado hacia la zona sur de la ciudad de Pinar del Río, extendiendo sus límites hacia:

Al norte con el Consejo Popular Carlos Manuel.

Por el Sur con Consejo Popular El Vizcaíno.

Por el Este con el Consejo Popular Las Ovas.

Por el Oeste Consejo Popular Cuba Libre.

Presidenta: Paula Teresa Ramos Duarte (cuadro profesional).

La circunscripción No. 170 está compuesta por 2 zonas de los CDR como se dijo con anterioridad, la zona 137 que cuenta con 217 viviendas y la zona 224 con 141 lo que hace un total de 358 viviendas, contando entre ellas con 9 edificios, todos contruidos después del triunfo de la revolución. El total de habitantes es 1611 (757 hombres y 854 mujeres) de los cuales 862 son electores mayores de 16 años, 456 adolescentes y 293 niños. De estos 293 niños hay 31 que están contemplados entre los 8 y los 10 años, edad con la que se realizó el trabajo investigativo. Cuenta con un total de 18 discapacitados físicamente.

La circunscripción es atravesada por las calles Gerardo Medina a partir de la calle Frank País; por la calle Ormaní Arenado final desde calle 2da hasta calle 6ta y la calle 2da propiamente; calle 2da interior y pasaje Raúl Pérez. Están unidas con los parqueos de calle Gerardo Medina entre Frank País y calle 6ta que son las áreas no contruidas en la circunscripción, descontando el área reservada para la rectificación del arroyo Galiano. El 75% del área esta ocupada por viviendas

La circunscripción cuenta con los servicios de:

Un Círculo Infantil,

Una fábrica de Sarcófagos,

Un laboratorio de Genética médica.

Una clínica estomatológica.

Recibe servicios educacionales del semi-internado “Frank País” y la secundaria básica “Combate de Bacunagua”, ambas pertenecientes a la circunscripción No 24.

En cuanto a la salud, es atendida esta circunscripción por los consultorios No 24 y No 265 pertenecientes a las circunscripciones No 24 y No 115 respectivamente.

En cuanto al medio ambiente presenta la problemática de poseer micro vertederos de desechos sólidos cercanos a las zonas de viviendas.

A modo de síntesis se puede decir que la circunscripción está caracterizada por:

- Falta de urbanización en algunas zonas.
- Desordenamiento urbano.
- Grandes ilegalidades en la construcción de garajes, cercas, fundamentalmente entre los edificios.
- Viviendas sin documentación.

Como aspecto histórico significativo se destaca dentro del área de la circunscripción la presencia de la casa, en aquel entonces de Raúl Pérez, quién daba abrigo al mártir de la revolución Pedro Raúl Sánchez (Laito), donde fue vilmente asesinado por la dictadura de Batista el 23 de Octubre de 1959, a quien debe su nombre el reparto.

2.3- Métodos investigativos.

Métodos teóricos:

Histórico-lógico: Permitió conocer los antecedentes, trayectoria y evolución acerca de la génesis y desarrollo de la recreación en el país, específicamente en niños de 8-10 años en la comunidad, para esto se utilizó el apoyo de una serie de materiales bibliográficos, artículos, así como documentos en soporte digital.

Análisis y síntesis: Mediante el mismo se realizó un estudio más detallado de cada una de las partes o componentes del proceso de recreación, así como de los elementos y aspectos que ejercen influencia en esta, determinando su comportamiento. Con los resultados del análisis se pudo establecer una generalización de las características del proceso en cuestión, posibilitando tener criterios más objetivos del estado actual del objeto de investigación, así como su posible desarrollo.

Inducción y deducción: El mismo está fundamentado en la profundización del estudio realizado en la problemática motivo de investigación partiendo de sus particularidades hasta sus generalidades, reflejándose los aspectos en común del proceso, utilizando una muestra amplia con el objetivo de poder llegar a una generalización por inducción de las características más comunes de los niños, así como una caracterización más profunda de la recreación en la comunidad en cuanto a dificultades y potencialidades, además todos estos elementos se complementan en el proceso del conocimiento científico.

Enfoque de sistema: El mismo se pone de manifiesto durante toda la investigación desde la determinación de los componentes hasta la interacción existente entre ellos, permitiendo determinar la dinámica de los mismos en el curso de la investigación. Por otra parte se manifiesta durante la organización de la propuesta basada en un conjunto de actividades que debe responder a determinadas relaciones funcionales de coordinación y subordinación, respondiendo estas actividades a un orden jerárquico con un carácter sistémico y eficiente, que dicho en otras palabras no es más que organizar las actividades con un orden lógico; es justo señalar que este método tiene una estrecha relación con el análisis- síntesis.

Análisis documental: Mediante el mismo se realizó una profunda revisión bibliográfica de la documentación que rige el trabajo de los profesores de recreación en las escuelas comunitarias en cuanto al perfeccionamiento de la planificación del fondo de tiempo, así como sus resoluciones, legislaciones y otros materiales, artículos y literatura que permitieron arribar a criterios y posiciones con mayor acierto.

Métodos empíricos

Observación: Se utilizó una guía o protocolo de observación la cual permitió valorar el comportamiento del proceso recreativo en niños de 8-10 años en la comunidad, la misma fue aplicada al inicio como diagnóstico del objeto de investigación y posteriormente para recoger información del mismo objeto, pero esta vez en pleno desarrollo (ver anexos 1 y 2), se llevó a cabo de forma:

Participativa o abierta: Porque el observador está involucrado con el objeto investigativo, es decir, el observador no se oculta y los sujetos saben que son observados.

No estructurada: Porque no se utilizaron medios como grabadora o cámara fotográfica, por lo que se logra mover con más libertad en lo que se pretende observar.

Real o Natural: Se fundamenta en que la misma ha sido realizada en el mismo lugar donde se llevan a cabo las actividades recreativas, de ahí que se diga que es real. Se captó la realidad en el momento que esta ocurre.

Encuesta a profesores de recreación: Se le aplicó a 8 profesores de recreación que desarrollan su trabajo en la escuela comunitaria No 10 "Ceferino Fernández Viñas" que es la que presta servicios en el consejo popular del mismo nombre al cual pertenece la circunscripción, la misma permitió obtener información sobre las causas o factores que han provocado el debilitamiento en el proceso recreativo en edades tempranas, así como información acerca de su conocimiento sobre el trabajo de la misma en la actualidad. Para la puesta en práctica de la misma se utilizó una guía de encuesta utilizando preguntas abiertas y cerradas, mixtas, así como preguntas de filtro y de control, para que la información sea lo más objetiva posible (Ver anexo No 5).

Encuesta a niños: Se le aplicó a los 31 niños que componen la circunscripción, donde se obtuvo la información sobre sus preferencias recreativas, así como su nivel de satisfacción durante la participación en las actividades recreativas de la comunidad, se utilizaron preguntas sencillas, de tipo abiertas y cerradas (Ver anexos No 8).

Técnicas de intervención comunitarias

Forum comunitario: El mismo constituye una técnica de intervención comunitaria y en el trabajo jugó un rol fundamental puesto que es una de las formas de realizar pequeñas reuniones donde participen todos los factores, entidades y organizaciones implicadas en el proceso de llevar a cabo programas, acciones o estrategias con vista a lograr transformaciones en la comunidad, teniendo la escuela como el centro cultural más importante. De manera conjunta se expresaron las principales dificultades que afectan el proceso de recreación en los niños de la comunidad, y a la vez se analizaron nuevas alternativas para solucionar las mismas, además se formaron grupos gestores representados por padres, dirigentes de la circunscripción, vecinos y profesores de educación física. (Ver Anexo 13)

Entrevista a informantes claves: La misma fue aplicada con el objetivo de identificar los aspectos fundamentales sobre el comportamiento del proceso recreativo en la comunidad, se llevó a cabo con dirigentes de la escuela comunitaria como director, sub. Director y jefa de cátedra de recreación, consistió en una conversación profesional con carácter planificado, en un ambiente agradable de comunicación entre el entrevistador y los entrevistados, se desarrolló por separado, y permitió obtener información confiable sobre hechos, opiniones, ideas y criterios; y de esta forma enriquecer la información obtenida por otros métodos. (Ver anexo No 11)

Matemáticos estadísticos

Cálculo porcentual: El mismo permitió determinar por cientos en algunos resultados obtenidos durante el diagnóstico inicial, así como el procesamiento de los datos recogidos en el resto de la investigación, llegando a establecer comparaciones entre los aspectos y componentes más significativos en nuestra investigación.

Media aritmética: Es un método de gran utilidad en toda investigación y específicamente en este trabajo tuvo gran importancia en la tabulación y procesamiento de los datos obtenidos, con el objetivo de determinar valores medios de indicadores y parámetros que estipulan los niveles de participación en la actividad recreativa, además es fundamental para llegar a realizar algunas comparaciones.

2.4- Análisis de los resultados investigativos.

En el presente epígrafe se realiza un análisis de los resultados obtenidos durante la investigación, los cuales permitieron hacer un estudio inicial del objeto de investigación y de esta forma conocer dónde radicaban las principales dificultades y potencialidades del mismo, donde se utilizaron diferentes métodos e instrumentos investigativos que permitieron diagnosticar la problemática como punto de partida de este trabajo, así como obtener información en cuanto a la experiencia y criterios no sólo de los profesores sino también de personas con vasta experiencia, que con sus ideas, sugerencias y valoraciones contribuyeron al desarrollo y fortalecimiento del trabajo tanto desde el punto de vista teórico como práctico y en su nivel de científicidad.

2.4.1- Análisis de los resultados de la guía de observación de la actividad recreativa en la comunidad. Diagnóstico Inicial.

A continuación, un análisis de los resultados obtenidos en la observación realizada durante el desarrollo de las actividades recreativas con niños de 8-10 años de la circunscripción No. 170 perteneciente al Consejo Popular "Ceferino Fernández Viñas" del municipio Pinar del Río. La misma fue aplicada el miércoles 22/6/2009, con el objetivo de valorar el comportamiento de las actividades recreativas en el área permanente de recreación, con los niños de 8-10 años de la circunscripción No. 170 perteneciente al reparto "Pedro Raúl Sánchez", dirigida por los profesores de recreación de las escuelas comunitarias del municipio Pinar del Río. (Ver anexo No1).

En el aspecto No 1 de la guía de observación se pudo comprobar que el ambiente general del área de trabajo, en cuanto a preparación e higiene, en el cual se desarrolla la actividad, a pesar de ser rústica es Normal, no existiendo vertederos de desechos sólidos ni ningún otro peligro considerado como potencial para el desarrollo de la actividad, dentro de este mismo primer aspecto se aprecia como el niño de forma independiente se inclina por el juego de béisbol, voleibol y algunos juegos tradicionales(chinata, trompo), en este aspecto como se puede observar no coincide el número de niños de la muestra con el número que refleja la cantidad de participantes por actividades, teniendo su explicación en que los niños van de una actividad a la otra, es decir, que están intercambiando de actividad constantemente, lo más significativo en este aspecto es que el mayor número de participantes lo tienen el béisbol, el voleibol y los juegos tradicionales, además en el tercer aspecto de este primer punto se observa que el profesor le lleva como opción recreativa el kikinbol, el fútbol(vallitas) y el béisbol(a la mano y con bates), el voleibol y el ajedrez. Con respecto al aspecto No. 2, el cual verifica la preparación para el desarrollo de la actividad, la motivación del profesor para con los niños en la actividad a realizar es insatisfactoria; el acondicionamiento físico general no existe, y el último punto relacionado con los materiales y medios disponibles se puede plantear que es satisfactorio en cuanto a cantidad, pero no con relación a la utilización que se le da a los mismos.

El otro aspecto dirigido en la observación es con respecto a los profesores durante el desarrollo de la actividad donde se pudo apreciar que los mismos utilizan modales adecuados, al igual que su tono de voz, la relación del profesor con los niños era bastante pobre, y la motivación inadecuada, por último, en este aspecto, se puede plantear que los otros tres puntos observados que son la utilización de medios, la

variabilidad de las actividades y el trabajo educativo se comportaron de forma pobre, por lo que se puede decir que los profesores no están desarrollando la actividad con la preparación requerida, ni la intención instructiva, educativa y formativa que requiere.

El aspecto No 4 relacionado al desenvolvimiento de los niños durante el desarrollo de la actividad se pudo apreciar que los niños a veces participan de forma activa y entusiasta, y de esa misma forma se comportan con lo relacionado a la ayuda que se prestan entre ellos; también se observó su comportamiento correcto durante el desarrollo de la actividad en todo momento. Por otra parte se obtiene como resultado que los niños a veces muestran satisfacción durante el desarrollo de la actividad, y de esa misma manera son creativos y protagonistas.

Por último pudimos observar, como aspecto No. 5, la parte final de la actividad donde se pudo apreciar que no se realiza ningún tipo de actividad para la recuperación de los niños, y tampoco existen el análisis de la misma, ni el nexo y motivación para la próxima; por eso la parte final de la actividad recreativa podemos calificarla como insuficiente. Todos los aspectos antes analizados pueden ser constatados en el gráfico que muestra los resultados más significativos de la observación en el anexo No. 2.

2.4.2- Análisis de los resultados de la guía de observación a la actividad recreativa en la comunidad en un segundo momento.

A continuación se realiza un análisis de los resultados obtenidos durante un segundo momento después de transcurridos casi 3 meses de la puesta en práctica de nuestra propuesta de actividades recreativas, el 9/Septiembre/2009, (Ver anexo No 3), con el objetivo de comprobar el desarrollo de la actividad recreativa durante la etapa en el área permanente con niños de 8-10 años de la circunscripción No. 170 perteneciente al Reparto "Pedro Raúl Sánchez" del municipio Pinar del Río, permitiendo comparar el objeto de estudio antes y después del comienzo de la puesta en práctica del conjunto de actividades recreativas, basadas en el Voleibol, lo cual se puede constatar gráficamente en el (Anexo No 4).

Con respecto al ambiente general del área permanente en cuanto a higiene y preparación, se comportó al igual que en el diagnóstico inicial, de forma normal, en ese mismo aspecto se aprecia como ya el profesor aumenta en número las opciones recreativas, a lo cual se suma la propuesta hecha por el autor de este trabajo lo que va disminuyendo la cantidad de niños que de forma independiente realizan actividades físicas, además de sumar otros que realizaban actividades que en una u

otra medida causaban daños a la propiedad social y particular de la comunidad, lo que indudablemente se convierte en el aumento en número también de la cantidad de participantes en el área permanente de recreación, algo favorable para el desarrollo de la actividad si se tiene en cuenta que se puede llevar a una mayor cantidad de población los objetivos de la misma; con respecto a la preparación para el desarrollo de la actividad se pudo observar que la motivación era insatisfactoria en el diagnóstico, y en este segundo momento de la observación ya se aprecia de forma adecuada, con respecto al acondicionamiento físico general se mantuvo al igual que en el primer momento, es decir, que sigue sin aparecer y en cuanto a los materiales y medios disponibles para el desarrollo de la misma se pudo apreciar que continúa siendo satisfactoria, con una ligera mejoría en cuanto a su utilización con respecto a la primera observación. Por otra parte se pudieron observar los aspectos relacionados con los profesores durante el desarrollo de la actividad donde se puede plantear que los modales y el tono de voz utilizados por el profesor continúa siendo adecuado al igual que en la primera observación, sin embargo algo alentador resulta la mejoría que se observa con respecto a otros elementos de gran significación como es la relación con los niños que a pesar de manifestarse de forma inadecuada se mejora con respecto al diagnóstico inicial donde fue pobre, lo que sin dudas es importante para el desarrollo de la actividad; la motivación, variabilidad en las actividades y utilización de medios se han comportado adecuadamente durante la actividad, apreciándose una mejoría en los tres casos ya que se habían comportado anteriormente de forma inadecuada y pobre respectivamente. En el último punto de este aspecto, el relacionado con el trabajo educativo a pesar de mostrar mejoría se presenta en un nivel inadecuado, por lo que se considera que todavía existen dificultades en el papel del profesor en el desarrollo de la actividad para con los objetivos de la misma.

Con respecto a la observación realizada a los niños, específicamente durante el desarrollo de la actividad, se aprecia que participan de forma más activa durante el transcurso de la misma, existiendo de esta forma una notable mejoría, muestran satisfacción y se manifiestan protagónicos siempre, por lo que en ambos aspectos se logra mejorar en relación a la observación realizada antes de la puesta en práctica de la propuesta; por otro lado se pudo constatar que el comportamiento de los niños siempre es correcto durante la actividad, de la misma forma que se mostraba en la primera observación realizada; la colaboración y ayuda entre estos, así como la creatividad demostrada continúa comportándose de forma inestable, ya que se evidencia a veces, al igual que en la primera observación, por lo que se puede

plantear que se debe profundizar en el trabajo con los niños a pesar de observarse manifestaciones mucho más positivas en su actuar durante el desarrollo de la actividad.

Al final de la actividad existen dificultades todavía ya que los profesores la desarrollan algo informal y muestra de ello es que continúan con dificultades en los diferentes aspectos observados como es la recuperación que a pesar de haberse constatado que ya se está realizando lo hacen de forma inadecuada, mientras que el análisis de la actividad y el nexo de la misma continúan ausentes en esta segunda observación.

Por último se resume que en esta investigación, la cual se desarrolla de forma pre experimental, ya se comienzan a observar algunos cambios en el fortalecimiento de su objeto de estudio y muestra de ello es que después de haber comenzado a poner en práctica el conjunto de actividades recreativas, de 22 aspectos que fueron observados en el diagnóstico 12 fueron mejorados al cabo de los 3 meses en que fue practicada la segunda observación, para un 54,5 % de mejoría, 10 se comportaron de igual forma para un 45,4 % de aspectos que no sufrieron modificación ni positiva , ni negativa; por otra parte 3 aspectos solamente no lograron rebasar la categoría mínima alcanzada en el diagnóstico inicial para un 13,6% solamente. Por lo que se puede plantear que en la etapa pre experimental ya se comienzan a observar resultados calificados como alentadores para la futura puesta en práctica y validación de la propuesta.

En el anexo No 4 podemos encontrar el gráfico que permite hacer la comparación en cuanto a los resultados obtenidos en el diagnóstico inicial y los resultados después de 3 meses de puesta en práctica el conjunto de actividades recreativas, basadas en el Voleibol, con vistas a favorecer la recreación de los niños entre 8-10 años en la comunidad. Para representar gráficamente estos resultados se clasificaron 3 categorías que se miden en todos los aspectos como Bien (B), mal (M) y regular(R), otorgándole 4, 3 y 2 puntos respectivamente, y de esta forma se obtuvieron los siguientes resultados:

En el diagnóstico inicial de todos los aspectos observados 3 fueron evaluados de B para un total de 12 puntos, 10 fueron evaluados de regular para 30 puntos y 9 obtuvieron la evaluación de mal, alcanzando 18 puntos. Por otra parte se observó una cierta mejoría con la puesta en práctica de dicha propuesta y muestra de ello es que en la segunda observación se alcanzaron 13 aspectos evaluados de B para un total de 52 puntos, 6 fueron de R para 18 puntos y 3 solamente evaluados de M para un total de 6 puntos, por lo que de forma general se puede expresar que hubo un

fortalecimiento en el desarrollo de la actividad, corroborándose esto en la comparación de los resultados obtenidos en ambas observaciones, es decir, la comparación de la observación diagnóstico con respecto a la aplicada en el segundo momento, donde se obtiene que en la primera observación se alcanzan en total 60 puntos con una evaluación de 2.7 puntos como promedio de cada uno de los aspectos evaluados y 15 puntos promedio por los 4 aspectos que son considerados fundamentales en las observaciones realizadas y que son la preparación para el desarrollo de la actividad, apreciaciones acerca del comportamiento de los profesores durante el desarrollo de la actividad, apreciaciones sobre el comportamiento de los niños durante el desarrollo de la actividad y el desarrollo final de la actividad, mientras que en el segundo momento de la observación se alcanzaron 76 puntos con una evaluación de 3.4 puntos como promedio de cada uno de los aspectos evaluados y 19 puntos promedio teniendo en cuenta solamente los 4 aspectos considerados fundamentales en la observación.

2.4.3- Análisis de los resultados de la encuesta a los profesores de recreación.

En el presente epígrafe se realiza un análisis de la encuesta realizada a ocho de los diez profesores de recreación que desarrollan su labor en la escuela comunitaria No. 10, que es la que brinda sus servicios a la circunscripción motivo de esta investigación, los otros dos profesores están cumpliendo misión en la hermana República Bolivariana de Venezuela, esta encuesta incluye a los 2 profesores que trabajan con la muestra motivo de investigación, a través de la misma los profesores expresaron sus criterios, ideas y experiencias, las cuales han sido de gran utilidad para la materialización de este trabajo encaminado a favorecer la recreación en los niños de 8-10 años en la comunidad(Ver anexo No 5).

Los resultados que a continuación se analizan se pueden constatar en la tabla y el gráfico que los muestran. (Ver anexos No. 6 y 7).

El primer elemento de importancia para la investigación, lo constituye los años de experiencia de los profesores en la escuela comunitaria donde se pudo constatar que de los 8 encuestados 2 poseen hasta los 2 años de experiencia laboral, 3 tienen menos de 4 años y 3 poseen 5 ó más años de experiencia, por lo que se puede decir que el 62.5% de los profesores encuestados están por debajo de los 4 años de experiencia en dicha función; por otra parte se tuvo en cuenta el nivel profesional de los mismos y se comprobó que 3 de los profesores son graduados de nivel superior y 5 se encuentran estudiando la carrera de cultura física, representando el 62.5% de los profesores sin el nivel superior.

Otro de los aspectos que se tuvo en cuenta fue los años de experiencia como profesor de recreación, donde 2 de los encuestados llevan como máximo 2 años, 3 llevan hasta 4 años y 3 tienen 5 ó más años de trabajo vinculados a la recreación, por lo que se puede plantear que sólo el 37.5% de los profesores llevan 5 años como mínimo vinculados al objeto motivo de esta investigación. Por otra parte se plantea que con respecto al comportamiento de la recreación en sus respectivas áreas permanentes recreativas hubo 7 profesores que la calificaron de bien, y 1 de regular, ninguno la califica de mala, por lo que el 87.5% de los profesores autocalifican dicha actividad como buena. El otro elemento a medir es la importancia que ellos le conceden al trabajo de la recreación en edades tempranas para el desarrollo integral de los niños, donde los 8 profesores que representan el 100 % de los encuestados plantean que sí tiene gran significación.

También se tuvieron en cuenta preguntas de filtro y de control, como por ejemplo se les preguntó acerca de si conocían las resoluciones No 17/2001 y No 44/2002 referentes al perfeccionamiento del fondo de tiempo para los profesores en las escuelas comunitarias (Ver anexo No 12) y aspectos de las áreas recreativas permanentes, y se obtuvo como resultado que sólo 1 profesor plantea que sí las conoce y los otros 7 que conocen algunas cosas de las mismas, por lo que se asegura que aproximadamente el 87.5% de los encuestados conoce algunas cosas de las resoluciones antes mencionadas y muestra de ello es la próxima pregunta en la que deben decir el número de niños con que esta estipulado desarrollar las actividades recreativas en las áreas permanentes en las comunidades y los resultados fueron los siguientes: los 8 plantearon que el número de niños es ilimitado, es decir, que ellos tienen que brindar sus ofertas a todos y cada uno de los participantes que se acerquen al área con fines de recreación, por lo que se corresponde con el conocimiento real de lo establecido. De igual manera ocurre con la frecuencia de las actividades recreativas en la comunidad, donde los 8 profesores, lo que representa el 100% de los encuestados, plantean que se lleva a cabo de forma diaria, lo que también se corresponde con las declaraciones ofrecidas por los dirigentes de la escuela comunitaria, así como por los metodólogos en funciones.

Por otra parte se considera importante la planificación de la actividad y según el resultado de la encuesta los 8 profesores plantean que no la planifican, es decir que el 100 % de los profesores no diseña la actividad a desarrollar, manifestándose de esta manera la no correspondencia con lo planteado con las resoluciones y programas de recreación establecidas por el Instituto Nacional de Recreación. Por consiguiente la actividad desarrollada por los profesores en las áreas permanentes

de recreación consiste sólo en llevar las ofertas que van a brindar diariamente, lo que conlleva a la conclusión de que se desarrolla de forma empírica. Con relación a la exigencia de sus dirigentes en cuanto a este mismo aspecto, los 8 plantean que no se les exige, ni por parte de los dirigentes de la escuela, ni por los metodólogos. Otro de los aspectos a comprobar fue el objetivo fundamental que ellos persiguen con la impartición de las actividades recreativas en los niños, en cuanto a priorizar la salud, enseñanza de los deportes, selección de talentos, etc., aquí se pudo detectar que 4 profesores, que representan el 50% de la muestra complementaria, plantean que el primer objetivo de la recreación es la salud, 2 que priorizan el brindarle una opción más para practicar deportes y 2 priorizan la actividad recreativa como medio para la ocupación del tiempo libre, por lo que se puede plantear categóricamente que no existe un conocimiento real del objetivo de la recreación física en la comunidad y muestra de ello es que el 50 % de los profesores encuestados no utilizan la recreación en sus áreas como vía para brindar salud y alegría a la población, priorizando otros aspectos y relegando a un segundo plano la salud, calidad de vida, ofertas recreativas y bienestar de nuestros niños.

El último aspecto que se persiguió fue su criterio acerca de si consideran necesario elaborar un conjunto de actividades recreativas, basadas en el Voleibol, que favorezcan la recreación física en las primeras edades y los 8 encuestados plantearon que si, lo que demuestra la necesidad de poner en sus manos la propuesta, y de esta forma llevarla a la práctica.

2.4.4- Análisis de los resultados de la encuesta a los niños

En este epígrafe se hará un análisis de los resultados obtenidos en la encuesta aplicada a los niños de 8-10 años que componen la circunscripción No 170 perteneciente al reparto "Pedro Raúl Sánchez" del municipio Pinar del Río, en la cual se realizó una guía de encuesta para los niños (Ver anexo No 8).

La misma sirvió para verificar sus preferencias recreativas, específicamente en la comunidad, donde se les aplicó la encuesta a los 31 niños que conforman la muestra motivo de investigación, para poder apreciar los resultados de la misma (Ver anexos No 9 y 10).

Es bueno señalar que de los 31 niños a los que se les aplicó la encuesta y que conforman la muestra de este trabajo hay 12 con 8 años de edad, 10 poseen 9 años y 9 ya tienen 10 años por lo que dicho grupo tiene un promedio de edad de 8.90

años, además de los 31 niños, 17 son del sexo femenino y 14 del sexo masculino, lo que da una medida de la heterogeneidad de la muestra, pero con lo cual los profesores deben tener cuidado a la hora de planificar las actividades recreativas en aras de motivar a todos los participantes.

La pregunta No. 1 es con respecto a si les gusta ir a la escuela y en ella 1 solamente dice que a veces y los otros 30 dicen que sí desean ir a la escuela, lo que representa el 96.7% de los niños que les gusta estar en la escuela; por otro lado la pregunta No. 2 de las opciones que se les dieron solamente un niño prefiere conversar con los otros compañeros, mientras que otros 3 prefieren atender a clases, y el grueso del grupo, es decir los otros 27, prefiere estudiar.

La pregunta No. 3 es sobre sus preferencias cuando llegan a casa después de la escuela, dos prefieren ver televisión, mientras 3 niños se inclinan por la ayuda a sus padres y los quehaceres de la casa, los otros 26 prefieren practicar deportes lo que representa el 83.8 % de los niños con inclinaciones deportivas; la pregunta No. 4 es con respecto a si les gusta o no el voleibol como deporte y de los 31, 19 plantean que sí para un 61,2% y los otros 12 restantes plantean que no les gusta. La siguiente pregunta, la No. 5 estuvo encaminada a conocer cuántos días de la semana ellos prefieren recrearse en el barrio y en esta se obtuvo que 5 niños prefieren la recreación 2 ó 3 veces a la semana y los otros 26 la prefieren de forma diaria. Lo que representa un 83,8%.

Con respecto a las actividades que prefieren realizar como recreación en el barrio, encuestada en la pregunta No. 6, se puede decir que de las ofertas que se les dieron, 2 prefieren las competencias de carrera, 8 se inclinaron por el desarrollo de juegos tradicionales como la chinata y el trompo, mientras que 21 niños que constituyen el 67.7 % prefieren dedicar la actividad a la práctica de deportes. En la última pregunta realizada relacionada a que si ellos quieren que los profesores les lleven actividades relacionadas con el voleibol para su recreación se pudo constatar que 19 de ellos lo prefieren para un 61,2%, lo que evidencia la gran aceptación que tiene este deporte desde el punto de vista recreativo para los niños. Por ultimo se resume que según los resultados obtenidos, se hace necesario aplicar un conjunto de actividades recreativas, basadas en el Voleibol, que favorezcan la recreación física de los niños de la circunscripción No. 170 perteneciente al reparto "Pedro Raúl Sánchez" del municipio de Pinar del Río de forma sana.

2.4.5- Análisis de los resultados de la entrevista a informantes claves.

En el presente epígrafe se hace un análisis de los aspectos más comunes y significativos obtenidos en la entrevista, la cual tuvo como objetivo identificar los aspectos fundamentales sobre el comportamiento del trabajo de la recreación en la comunidad, realizada a informantes claves para la investigación como son director, sub director deportivo y jefa de cátedra de Cultura Física de la escuela comunitaria No. 10 "Ceferino Fernández Viñas" del Municipio Pinar del Río.

Se creó un ambiente agradable y comunicativo con cada uno de los entrevistados, lo cual permitió obtener información confiable sobre hechos, opiniones, ideas y criterios; y de esta forma enriquecer la información obtenida por otros métodos investigativos utilizados en esta investigación; en la misma se trataron aspectos significativos (Ver anexo No 11), donde se pueden mencionar por ejemplo: el tiempo y experiencias acumuladas en el cargo que desempeña, lineamientos que regulan el trabajo de la recreación en las escuelas comunitarias, importancia de la recreación en las primeras edades, control de la actividad, causas y factores que tributan al fortalecimiento y debilitamiento de las actividades recreativas en su comunidad, consideraciones del estado actual de la recreación en la comunidad, así como la relación de la escuela con otros centros y con agentes socializadores de la comunidad.

En todos los casos existió bastante unanimidad de criterios, todos tienen varios años de experiencia laboral, sobresaliendo el director con 15 años, los 3 prestaron servicio en la hermana República Bolivariana de Venezuela con un meritorio trabajo, como dirigente lleva 4 años la jefa de cátedra, 5 ó más los otros 2. Plantean que las principales regulaciones que rigen el trabajo de la recreación están establecidos por el INDER Nacional, el cual plantea la importancia de la misma en el logro de la salud y esparcimiento de la población en aras de elevar la calidad de vida de la población en general, sin embargo el director plantea que también deben cumplir los objetivos pedagógicos.

Por otra parte plantean que las principales debilidades en el desarrollo de las actividades recreativas en la comunidad están dadas por la existencia de dificultades con los horarios escolares de los niños, escasez de recursos, ausencia de áreas deportivas o espacios con las condiciones mínimas indispensables para la realización de las mismas, otro aspecto es la inexperiencia de los técnicos, ya que el 50% de la plantilla aún no se ha graduado por lo que muchas veces no se corresponden los objetivos propuestos en las actividades con los que tiene el programa nacional de la recreación. También plantean que a pesar de la situación de los recursos los técnicos son poco creativos y explotan muy poco las potencialidades de la comunidad.

Dentro de las fortalezas que con mayor acierto plantean los dirigentes de la escuela comunitaria está la inexorable necesidad que tienen los niños de ejercitarse físicamente, y la disposición de las entidades a nivel de consejo popular y comunidad en general de apoyar estas y otras actividades que favorezcan el desarrollo integral de las futuras generaciones. No sería justo si se dejara de señalar la entrega de los profesores a las actividades recreativas de sus áreas permanentes por lo que se llega a la conclusión de que todo es cuestión de brindarles un manual, una receta, que los guíe para el mejor funcionamiento de estas actividades.

Plantean además que la recreación la trabajan con frecuencia diaria, incluyendo los sábados en la sesión de la mañana.

En cuanto a la posible elaboración de un conjunto de actividades recreativas que favorezcan la recreación en los niños de 8-10 años en su comunidad, plantean que la misma debe tener gran importancia porque por lo general los profesores poseen poca experiencia y no presentan un programa o documento que oriente el trabajo de los mismos encaminados a ello, además les da la posibilidad a los profesores de desarrollar su actividad más dinámica y con mayor nivel científico, logrando con esto el logro de una mayor asistencia de nuestros niños y por ende un fortalecimiento en el vínculo con la comunidad.

Por último todos coinciden en que la recreación en la comunidad es regular y es producto no sólo a problemas objetivos sino subjetivos en ocasiones.

2.4.6- Análisis de los resultados del forum comunitario.

Durante la aplicación de esta técnica de intervención comunitaria se pudo realizar una pequeña reunión donde participaron varios de los factores, entidades y organizaciones implicadas en el proceso de llevar a cabo programas, acciones o estrategias con vistas a lograr transformaciones en la comunidad, teniendo la escuela como el centro cultural más importante de la misma, de forma tal que se expresaron las principales dificultades que afectan las actividades recreativas con los niños de la comunidad como son la disponibilidad de instalaciones o lugares preparados para el disfrute de los niños y una mejor utilización del tiempo libre, la vinculación de los padres y la comunidad a la actividad. (Ver anexo 13).

2.5- Fundamentación y presentación de la propuesta.

La edad es uno de los aspectos particulares más importantes en el programa de recreación física. Los encargados de esta actividad deben tener muy claras las diferentes características del hombre en su desarrollo endogenético, pues esto es lo

que le permite especializarse en determinados estratos, desde los más jóvenes hasta la tercera edad y a partir de la consideración de las características particulares de cada grupo de edad, buscar las variantes óptimas para organizar un programa, una metodología, una guía, una alternativa, un plan de acciones o un conjunto de actividades.

Considerando lo antes expuesto se enfatiza en que el contenido de las necesidades recreativas en estrecha relación con el grado de desarrollo biopsicosocial de cada grupo de edad es la base para elaborar un programa recreativo – físico, educativo y eficiente.

La propuesta consiste en un conjunto de actividades recreativas, basadas en el Voleibol, para niños de 8-10 años, el cual puede constituir un documento que le sirva de guía y orientación a los profesores para favorecer la recreación en edades tempranas en el contexto de la comunidad; por eso tiene la intención de ofrecer actividades recreativas, físicas, didácticas y educativas vinculadas al Voleibol, que suponen entre otras cosas el paso previo a la ejecución efectiva de una idea o propuesta que se persigue como objetivo fundamental. Su estrategia didáctica radica en transformar a corto, mediano y largo plazo la recreación en los niños de la comunidad, familiarizarlos, enseñarles, mejorar habilidades y cualidades físicas que tributen al mejoramiento de su salud, satisfacción y a la vez identificarlos con el voleibol. Por otro lado, la estrategia educativa de dicho conjunto de actividades recreativas consiste en un grupo de actividades educativas que a corto, mediano o largo plazo permitan la transformación de los modos de actuación de los niños para alcanzar en un tiempo concreto los objetivos comprometidos con la formación, desarrollo y perfeccionamiento de sus facultades morales e intelectuales.

En síntesis se puede plantear que entre el objeto de investigación y el investigador siempre hay un proceso de mediación que tiene un carácter esencialmente teórico en el que entran en juego los medios de la actividad científica como el problema, los objetivos, los métodos empíricos y teóricos y la teoría científica que sirve de basamento a la investigación.

Antes de expresar los resultados científicos es bueno repasar los requerimientos a los que deben ajustarse, los cuales son:

- Que sean factibles: Posibilidad real de su utilización y de los recursos que requiere.

- Que sean aplicables: Deben expresarse con la suficiente claridad para que sea posible su implementación por otras personas.
- Que sean generalizables: Su condición aplicabilidad y factibilidad permiten en condiciones normales la extensión del resultado a otros contextos semejantes.
- Que tengan pertinencia: Por su importancia, por su valor social y las necesidades a que da respuesta. Que tengan novedad y originalidad: Adquiere mayor valor el resultado cuando refleja la creación de algo que hasta el momento presente no existía. Que tenga validez: Se refiere a la condición del resultado cuando este permite el logro de los objetivos para lo cual fue concebido.

En cuanto al aporte teórico de nuestro conjunto de actividades recreativas podemos resaltar la metodología, la interrelación de las actividades, los medios concebidos, regulaciones, concepciones teóricas, ordenamiento y leyes que rigen el trabajo de la recreación en la comunidad.

Por otra parte su aporte práctico está fundamentado en las orientaciones, recomendaciones, indicaciones y medios auxiliares como reglamentos y resoluciones que orientan y apoyan la puesta en práctica de dicho conjunto de actividades recreativas. Independientemente de que no presuponen de inversión ninguna desde el punto de vista económico para su puesta en práctica, puede ser aplicado por cualquier persona interesada y trasladada a otros contextos comunitarios, además de que da respuesta a una problemática que afecta como se ha planteado con antelación no sólo al niño sino también a la sociedad en general. Por otra parte este conjunto de actividades es novedoso en su aplicación como medio de recreación y su validez se expresa en el cumplimiento de los objetivos para lo cual fue creado y puesto en práctica.

CONJUNTO DE ACTIVIDADES RECREATIVAS

Objetivo educativo

- 🎨 Fomentar en el niño el interés por la práctica de actividades recreativas como medio para el fortalecimiento de su salud, integración, valores éticos, estéticos y morales que conlleven a la elevación de la calidad de vida.

Objetivo instructivo

Desarrollar habilidades motrices básicas y cualidades físicas mediante actividades recreativas que contribuyan a elevar el desarrollo integral y la calidad de vida de los niños

Indicaciones metodológicas generales

- Las actividades deben tener tanto una intencionalidad instructiva como educativa.
- Fomentar valores éticos, estéticos y morales en aras de lograr una educación integral en los niños.
- Lograr el protagonismo por parte de los niños, logrando que se sientan bien, aún modificando las actividades a su propio gusto
- Ofrecerle a los técnicos un documento que contenga las regulaciones fundamentales que rigen el trabajo de la recreación en las escuelas comunitarias.
- Durante el desarrollo de la actividad se debe tener presente la interdisciplinariedad, en otras palabras vincular la actividad recreativa acorde con la actividad docente que desarrollan en la escuela.
- Adaptar juegos Predeportivos a la actividad propia de la recreación .
- Orientarles tareas y responsabilidades.
- Impartir la actividad diariamente, pudiendo existir flexibilidad en los horarios.
- Conveniar actividades en conjunto con la escuela e insertar a los padres y otros factores de la comunidad.
- Utilización adecuada de los medios auxiliares durante la actividad.
- Trabajar ejercicios de familiarización, desplazamiento, imitaciones de gestos técnicos (del voleibol) con presencia del balón.
- Fomentar el trabajo con los activistas mediante el desarrollo de la propia actividad.

Actividades físico- recreativas

Actividades en equipo

- Competencias de relevo con un balón de Voleibol.
- Festivales deportivos recreativos
- Programas a jugar
- Competencias de precisión de los elementos técnicos con marcas en el terreno y en la pared. (Saque, Voleos por arriba y por abajo).
- Competencias de dominio y control del balón.

Actividades basadas en juegos pre- deportivos

- Juego Balón al tigre. Voleo en un círculo sin dejar que el jugador del medio haga contacto con el balón porque gana y el que falla ocupa la función del tigre en el centro del círculo.
- Juego de los 10 pases: Consiste en dos equipos que intentan realizar 10 pases de forma consecutiva, pudiendo utilizar diferentes variantes de elementos técnicos del juego de voleibol.
- Juego tiro al blanco: En hileras a una distancia de 2-3 m se les coloca en una pared un blanco y mediante acciones propias del voleibol tienen que hacer contacto con el mismo, puede tener variantes en cuanto al tipo de elemento.
- Juego de la cebolla: Se comienza en un círculo donde los participantes se pasan el balón utilizando cualquier técnica del Voleibol, el jugador que deje caer o se le caiga el balón va al centro del círculo y se agacha, los demás ayudándose unos a otros continúan pasándose el balón y pueden por medio de un ataque o voleo golpear al que está en el centro agachado, si falla va al centro con el que ya está, gana el jugador que nunca falla o que nunca se le caiga o deje caer el balón.
 - Estos juegos y otros que se puedan incorporar nos dan la posibilidad de crear nuevas variantes y contribuyen de forma satisfactoria no solo a la recreación de los niños sino también al trabajo con los elementos técnicos propios del Voleibol.

Actividades basadas en otros deportes

- Ping Pong: este juego es en el suelo y se puede jugar con una net sobrepuesta o simplemente pintada en el suelo. Se desarrolla con elementos propios del Voleibol solamente.
- 2 picós: Consiste en jugar a los 2 picós que normalmente se juega en el Baloncesto, pero en este caso con voleo por arriba o por abajo.
- Tenis de campo. Tenis de campo pero con acciones del voleibol. Igual que el ping-pong con una net a baja altura o simplemente pintada en el suelo.
- Tiros de penaltis: Son tiros de penaltis en una portería con dimensiones similares a las de balonmano. El tiro es a través de un remate y el portero para el balón con los elementos propios de la defensa del campo. Dejando a criterio del profesor la distancia entre el tirador del penalti y el defensor de la portería.
 - Todas estas actividades son propias de determinados deportes, pero se desarrollan con elementos propios del Voleibol, con limitaciones en el tamaño del terreno del juego y en algunos casos adaptando las reglas del juego a

conveniencia de los mismos practicantes, se pueden desarrollar en arcilla o cemento., sirven para el desarrollo de las cualidades físicas, habilidades, la motivación y la creatividad de los niños.

Actividades competitivas

- Competencias de tiro al blanco.
- Competencias de penalti por medio de remates
- Competencia de tiro al aro mediante voleo.
- Competencias de dominio y control del balón, pueden ser contra tiempo o contra repeticiones.
 - Estas actividades hablan por si solas, se pueden realizar con medios rústicos, en algunos casos utilizando oponentes como en el caso de los penalti, además se pueden incorporar variantes en cuanto a elementos, posiciones, etc., la competencia de habilidades se puede realizar en el terreno y fuera del mismo y se pueden efectuar con varios elementos técnicos del Voleibol.

Actividades didácticas.

1_ Relacionar columnas: En este caso se le pone al niño una columna A que contenga algunos aspectos sencillos dentro del juego de Voleibol y en la columna B algunas respuestas a estos aspectos positivas y negativas con las cuales él tiene que relacionar los aspectos de la columna A.

Ejemplo:

Columna A:	Columna B:
1-Para poner el balón en juego se utiliza el:	_____ 4 toques por equipo
2-Cantidad de toques al balón por equipo.	_____ 3 toques por equipo
3-El toque más ofensivo del juego es el:	_____ Saque
	_____ Remate
	_____ Voleo-pase.

2_ Plantee falso o verdadero según corresponda:

_____ En el juego de Voleibol además de con los brazos, se puede tener contacto con el balón con cualquier otra parte del cuerpo, es decir, con la cabeza y con los pies.

_____ El saque o servicio tiene que ser obligatoriamente saltando o en suspensión.

_____ Un mismo jugador puede hacer contacto con el balón más de una vez de forma seguida.

3_ Póngale nombres de elementos del Voleibol a los animales siguientes, si se conoce que los conejitos son defensivos y los tigres ofensivos:





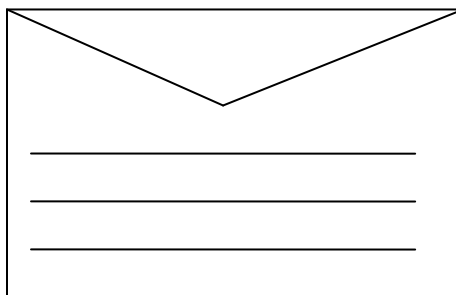
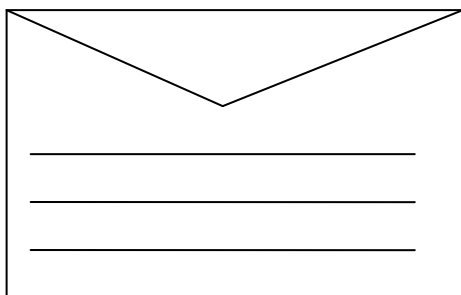








4_ Sí vas a participar en un concurso por correo y tienes que mandar dos respuestas en dos sobres diferentes, en el sobre A debes decir los elementos técnicos defensivos del juego de Voleibol y en el sobre B los elementos ofensivos de dicho juego. Utiliza nada más las líneas disponibles en el sobre.



🌈 Todas estas actividades, más las que puedan ir surgiendo con la capacidad creadora de cada uno de nuestros profesores y con la inmensa genialidad de nuestros niños, relacionadas con el Voleibol o con otros deportes; independientemente de brindarle al niño una gama de conocimientos teóricos puede ser utilizada también como recuperación en la parte final de cada una de las actividades recreativas en la comunidad.

Actividades educativas

- Realizar cumpleaños colectivos.
 - Establecer 5 minutos de debate al comenzar cada actividad.
 - Convocar concursos de Voleibol
 - Creación de círculos de interés donde se desarrollen actividades como estudio de determinados temas, montar exposiciones así como creación y recuperación de medios.
 - Desarrollar conversatorios con atletas y entrenadores destacados
- Estas actividades se pueden desarrollar en cualquier momento, están encaminadas al desarrollo general integral de los niños así como aportar un cúmulo de conocimientos acerca de la importancia de la practica deportiva, trayectoria de atletas y entrenadores destacados de nuestro país, además brindarles otros elementos que a pesar de tener una intención recreativa contribuyen a aumentar el caudal de conocimientos de los mismos. También se les orientan tareas y se realizan estudios acerca de temáticas relacionadas con el deporte, por otra parte se fomentan las relaciones interpersonales y la convivencia en grupo, varias de estas actividades se deben desarrollar con un sentido educativo por ejemplo en conmemoración a fechas, hechos y acontecimientos alegóricos no solo al deporte sino también desde el punto de vista histórico, político y social de nuestro país.

Actividades recreativas como medios de recuperación

- Juegos de cartas o briscas.
- Juego de rompecabezas
- Sopa de letras
- Completamiento de frases y crucigramas.
- Juego de dominó
- Juego de dama, come- come, dama china.
- Juego de ajedrez.

🌈 Todas estas actividades se realizan con el fin de recuperar de la forma más sana y recreativa, además contribuyen al esparcimiento de los niños, pero nos brindan la posibilidad de adecuarlos para orientarles tareas a resolver y su particularidad fundamental es que se pueden desarrollar en cualquier lugar sin requerimientos de grandes condiciones.

A modo de conclusión capitular se puede plantear que después de haber detectado la problemática de la investigación a través de los métodos empleados y como

consecuencia de la puesta en práctica del conjunto de actividades elaboradas aumenta la cantidad de participantes que de forma motivada y espontánea asiste al área permanente de recreación, posibilitándole al profesor de recreación llevar el objetivo de esta a una mayor cantidad de practicantes, evitando con esto también que se produzcan manifestaciones negativas a las que pueden ser inducidos los niños. Por otro lado es bueno señalar que nada de lo realizado hasta el momento hubiera tenido éxito sin la ayuda creadora de todos y cada uno de los que con ellos estamos comprometidos, y siempre llevando como premisa la utilización de los métodos, instrumentos y técnicas investigativas que se requiera, siempre rectorados por el Materialista- Dialéctico y tratando de incorporar a todos los que de una forma u otra tienen que ver con la transformación positiva de la comunidad, además de los padres y vecinos de las mismas.

Conclusiones.

El curso de toda investigación, demanda entre otras cosas del arribo a determinados conceptos, posiciones, criterios y validaciones; pero es después de haber realizado un profundo análisis de los resultados que se declara con mayor acierto la objetividad de estos elementos, es por eso que en este trabajo se arriba a las siguientes conclusiones:

- 1- El proceso de recreación física al triunfo de la revolución tenía como sustento el aparato comercial capitalista. La creación del INDER, el 23 de febrero de 1961, significó el despegue de un verdadero movimiento de Educación física, Deporte y Recreación.
- 2- Se detectó un debilitamiento en el desarrollo de las actividades físico-recreativas en los niños de 8-10 años de la circunscripción No. 170 perteneciente al reparto "Pedro Raúl Sánchez" del municipio Pinar del Río.
- 3- Quedó elaborado un conjunto de actividades físico-recreativas, basadas en el Voleibol, para favorecer la recreación física de los niños de 8-10 años en la comunidad.

Recomendaciones

Aparentemente se ha llegado al final del camino, sin imaginar que pudiera ser el primer paso que a veces se cree que ha sido en falso, sin embargo, puede significar el paso por el que comienza cualquier sendero sin importar cuan largo o corto

pudiera resultar, por eso después de haber transitado en el estudio de una temática que identificó y sedujo tanto al autor, se quiere recomendar:

1- Que la propuesta se continúe poniendo en práctica en los niños que constituyen la muestra de esta investigación, con el objetivo de poder validar la misma en un futuro no muy lejano.

2- Que todas aquellas personas que por algún motivo tengan conocimiento de la existencia de esta propuesta y puedan ayudar con alguna idea, criterio, recomendación o sugerencia que la transmita, con el objetivo de poder seguir perfeccionándola.

3- Insertar en este proyecto a todas las personas, organismos e instituciones que pudieran dar su aporte para su futura validación.

4- Que no frene aquí el proceso investigativo acerca de esta temática, no sólo en los niños, sino en la población en general, ya que la misma constituye una de las formas de incrementar la satisfacción espiritual, valores éticos, estéticos, morales, así como el mejoramiento de la salud, resumiéndose en la elevación de la calidad de vida de todo cubano.

Anexo No 1.Guía de observación No 1. Diagnóstico.

Objetivo: Valorar el comportamiento de la actividad recreativa en las áreas permanentes de recreación, con los niños de 8-10 años, dirigida por los profesores de recreación de las escuelas comunitarias del municipio Pinar del Río.

Fecha: 22/Julio/2009.

Aspectos a observar:

1- a) El ambiente general del área de trabajo en cuanto a preparación e higiene:

____ Estimulante ____ Normal ____ Deprimente.

b-) Niños que espontánea y aisladamente juegan algún deporte.

Béisbol____ Voleibol____ Baloncesto____ Fútbol____ Juegos
tradicionales____

c-) Ofertas recreativas que lleva el técnico de la escuela comunitaria.

* Béisbol a la mano y con bate.

Voleibol

* Fútbol (vallitas).

Ajedrez

* Kikimbol.

d-) Actividades recreativas propuestas por el profesor de recreación:

Ninguna

2- Preparación para el desarrollo de la actividad.

Aspectos	Adecuada	Inadecuada	No existe
Motivación de la actividad			
Acondicionamiento físico general			
Materiales y medios disponibles			

3- El profesor durante el desarrollo de la actividad:

Aspectos			
Modales			
Tono de voz			
Relación con los niños			
Motivación			
Utilización de medios			
Variabilidad en las actividades			
Trabajo educativo			

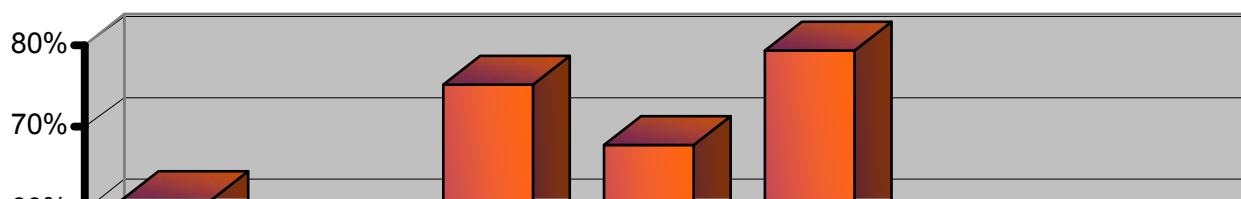
4- El niño durante el desarrollo de la actividad:

Aspectos			
Participación de forma activa			
Se comportan correctamente			
Se ayudan entre sí			
Muestran satisfacción			
Creativos			
protagonismo			

5- Al concluir la actividad recreativa se puede apreciar:

Aspectos			
Recuperación			
Análisis de la actividad			
Motivación para la próxima actividad			

Anexo No 2. Resultados de los aspectos más significativos de la primera observación (diagnóstico).



LEYENDA:

- 1: Niños que espontáneamente juegan voleibol
- 2: Actividades propuestas por el profesor de recreación
- 3: Preparación de la actividad
- 4: El profesor en la actividad
- 5: El niño en la actividad
- 6: Al concluir la actividad

ESCALA POR ASPECTOS:

- ADECUADA = 4 PUNTOS
- INADECUADA = 3 PUNTOS
- NO EXISTE = 2 PUNTOS
- EL No 3 OBTUVO 9 PUNTOS DE 12
- EL No 4 OBTUVO 19 PUNTOS DE 28
- EL No 5 OBTUVO 19 PUNTOS DE 24
- EL No 6 OBTUVO 6 PUNTOS DE 12

Anexo No 3. Guía de observación No 2

Objetivo: Comprobar el desarrollo de la actividad recreativa en la comunidad durante la etapa con los niños de 8-10 años de la circunscripción No170 del reparto "Pedro Raúl Sánchez" del municipio Pinar del Río.

Fecha: 9/Sept./2009.

Aspectos a observar en la guía de observación

1-a) El ambiente general del área de trabajo en cuanto a preparación e higiene:

_____ Estimulante _____ Normal _____ Deprimente.

b-) Niños que espontánea y aisladamente juegan algún deporte.

Béisbol _____ Voleibol _____ Baloncesto _____ Fútbol _____ Juegos tradicionales _____.

c-) Ofertas recreativas que lleva el técnico de recreación:

* Béisbol a la mano y con bate.

* Voleibol recreativo

* Fútbol (vallitas).

* Ajedrez

* Kikimbol.

* Baloncesto

d-) Actividades recreativas propuestas por el técnico de recreación:

Actividades físico-recreativas, basadas en el juego de Voleibol.

2- Preparación para el desarrollo de la actividad.

Aspectos	Adecuada	Inadecuada	No existe
Motivación de la actividad			
Acondicionamiento físico general			
Materiales y medios disponibles			
3- El profesor durante el desarrollo de la actividad:			
Aspectos			
Modales			
Tono de voz			
Relación con los niños			
Motivación			
Utilización de medios			
Variabilidad en las actividades			
Trabajo educativo			
4- El niño durante el desarrollo de la actividad:			
Aspectos			
Participación de forma activa			
Se comportan correctamente			
Se ayudan entre sí			
Muestran satisfacción			
Creativos			
protagonismo			
5- Al concluir la actividad:			
Aspectos			
Recuperación			
Análisis de la actividad			
Nexo con la próxima actividad			

Anexo 4. Comparación de los resultados de la 1ra observación con los resultados obtenidos después de puesto en práctica el conjunto de actividades recreativas.

LEYENDA:

- 1: Niños que espontáneamente juegan voleibol
- 2: Actividades propuestas por el profesor de recreación
- 3: Preparación de la actividad
- 4: El profesor en la actividad
- 5: El niño en la actividad
- 6: Al concluir la actividad

PUNTOS POR ASPECTOS:

	1ra Observación	2da Observación
No 3	9 PUNTOS	10 puntos
No 4	19 PUNTOS	26 puntos
No 5	19 PUNTOS	22 puntos
No 6	6 PUNTOS	7 puntos

Anexo No 5. Encuesta a profesores de recreación.

Estimado profesor:

Nos dirigimos a usted con el pleno convencimiento de que sus criterios, ideas y experiencias nos pueden ser de gran utilidad para la materialización de nuestro trabajo encaminado a favorecer la recreación, con actividades basadas en el

Voleibol, de los niños de 8-10 años en la comunidad, por lo que necesitamos su más sincera colaboración y de esta forma confiarle que sus criterios quedarán en el anonimato.

Cuestionario

1-¿Es Licenciado?

_____ No _____ Sí

2-¿Por cuantos años ha desarrollado su labor como profesor de recreación?

Hasta: _____ 2 _____ 4 _____ 5 ó más años.

3-¿Cómo evalúa usted la Recreación en su comunidad?

_____ Buena _____ Mala _____ Regular

¿Por qué? _____

4-¿A su criterio la Recreación en edades tempranas es imprescindible para alcanzar resultados satisfactorios en el desarrollo integral de los niños?

_____ Si _____ No

5-¿Conoce usted los aspectos fundamentales que rigen el trabajo de las áreas permanentes orientados en la resolución No 44/2002 referente al perfeccionamiento de la planificación del fondo de tiempo?

_____ Si _____ No _____ Algunas cosas

6-¿Planifica usted las actividades recreativas a desarrollar en el área permanente?

_____ Si _____ No

Mencione algunas actividades que realiza

7-¿Tienen en cuenta los gustos, preferencias y necesidades recreativas de los participantes en su actividad recreativa?

Sí _____

No _____

8-¿Ordene prioritariamente los objetivos que usted persigue lograr en los niños de su comunidad con la impartición de sus turnos de recreación en las áreas permanentes?

_____ Salud y alegría

_____ Satisfacción espiritual

_____ Formar valores

_____ Enseñanza de la técnica de los deportes

_____ Mejorar las relaciones interpersonales

_____ Proceso de selección de talentos

_____ Conocimiento de las reglas de los juegos

_____ Desarrollo de capacidades físicas condicionales

_____ Elevar la calidad de vida

_____ Ofrecerles una opción más de practicar deportes

_____ Ocupación del tiempo libre

9-¿Considera usted necesaria la elaboración de un conjunto de actividades recreativas, basadas en el juego de Voleibol, que favorezcan la recreación física en los niños de 8-10 años en la comunidad?

_____ Si _____ No _____ Quizás

10-¿A su entender cuales son las causas que han provocado el debilitamiento de la recreación en las comunidades?

ANEXO No 6. Resultados más significativos de la encuesta a los profesores de recreación

Encuesta a profesores	A		B			C			D		E			F		G		H	
	S	N	2	4	+ 5	B	R	M	S	N	S	Alg o	N	S	N	S	N	S	N
1		X	X			X			X		X			X			X	X	
2		X	X			X			X			X		X			X	X	
3	X				X		X		X			X		X		X		X	
4		X		X		X			X			X		X			X	X	
5	X				X		X		X			X		X		X		X	
6	X				X		X		X			X		X			X	X	
7		X		X		X			X			X		X			X	X	
8		X		X			X		X			X		X			X	X	
Total	3	5	2	3	3	4	4		8		1	7		8		2	6	8	

Legenda:

A: Licenciado.

B: Años de experiencia como profesor de Recreación.

C: Evaluación de la Recreación en su comunidad.

D: ¿Consideran importante la Recreación física para el desarrollo integral de los niños?

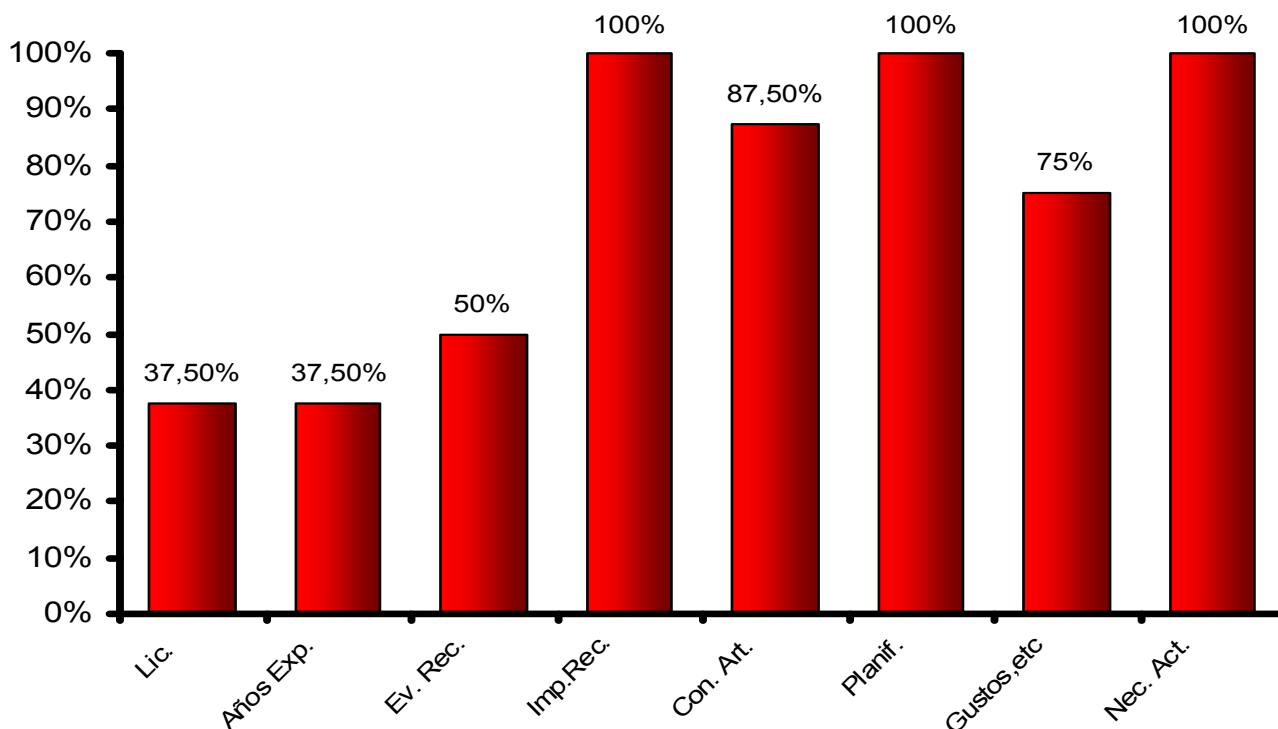
E: Conocimiento de los aspectos fundamentales que rigen el trabajo de los profesores de Recreación.

F: Planificación de la actividad recreativa en la comunidad.

G: ¿Tienen en cuenta los gustos y preferencias recreativas de los participantes?

H: Necesidad de un conjunto de actividades recreativas.

Anexo No 7. Resultados de la encuesta aplicada a profesores



LEYENDA:

Lic.: Licenciados.

Años Exp.: Con 5 ó más años de experiencia como profesor de recreación

Ev. Rec.: Evalúan de buena la recreación en su comunidad

Imp. Rec.: Consideran importante la recreación en el desarrollo integral de los niños.

Con. Art.: Conocen los artículos que rigen el trabajo de la recreación

Planif.: Planifican previamente la actividad

Gustos, etc.: Tienen en cuenta los gustos y necesidades recreativas de los niños

Nec. Act.: Necesitan un conjunto de actividades físico-recreativas para el desarrollo de su actividad.

Anexo No 8. Encuesta a los niños entre 8-10 años de la circunscripción.

Nos dirigimos a ti, porque queremos realizar un conjunto de actividades recreativas (juegos) y necesitamos conocer cuales son las que más tú deseas para compartir con tus amiguitos, dirigidos por el profesor de recreación en el área permanente den la comunidad, por lo que necesitamos que nos respondas las siguientes preguntas:

1-) ¿Te gusta estar en la escuela?

_____ Si _____ No _____ A veces

2-) ¿Que es lo que te gusta hacer en la escuela?

_____ Jugar _____ conversar con otros niños _____ estudiar

3-) ¿Cuando terminas en la escuela que es lo que más deseas, después que llegas a tu casa?

_____ Ver TV _____ jugar _____ ayudar a tus padres.

4-) ¿T e gusta el Voleibol?

_____ Sí _____ No

5-) ¿Cuántos días quisieras jugar en tu barrio?

_____ Nunca _____ 2 ó 3 _____ Diario

6 -) ¿Que actividades recreativas prefieres realizar cuando llegas al barrio?

_____ Juegos tradicionales _____ Competencias de carreras

_____ Jugar algún deporte específico

7 -) ¿Te gustaría que los profesores hicieran actividades recreativas con el juego de Voleibol en tu barrio?

_____ Sí _____ No

Anexo No 9: Resultados obtenidos en la encuesta aplicada a los niños de la circunscripción No 170 perteneciente al reparto “Pedro Raúl Sánchez”.

Encuesta a niños	A			B			C			D			E			F			G	
	S	N	AV	J	C	E	TV	Dep.	A	S	N	N	2ó 3	D	JT	C.C.	Dep.	S	N	
1	X					x		X		X				X			X	x		
2	X					X			x		x		x				X		X	
3	X					X		X		X				X	X			X		
4	X					X		X			x			X			X		X	
5	X					X		X		X				X			X	X		
6	X					X		X		X				X	X			x		
7	X				x		x				x		x				X		X	
8	X					X		X		X				X	X			X		
9	X					X		X			x			X			X		X	
10			X			X		X		X				X			X	X		
11	X					X			x		x		x		X				X	
12	X					X		X		X				X			X	X		
13	X			x				X		X				X			X	x		
14	X					X	x				x		x				X		X	
15	X					X		X			x			X	X				X	
16	X					X		X		X				X			X	X		
17	X			x				X			x			X			X		X	
18	X					x		X		X				X			X	X		
19	X					X		X		X				X	X			X		
20	X					X		X		X				X			X	X		
21	X					X		X			x			X			X		X	
22	X					X		X		X				X	X			X		
23	X					X		X			x			X			X		X	
24	X			x					x		x		x				X		X	
25	X					X		X		X				X	x			X		
26	X					X		X		X				X		X		X		
27	X					X		X		X				X			X	X		
28	X					X		X		X				X			X	X		
29	X					X		X			x			X		X			X	
30	X					X		X		X				X			X	X		
31	X					X		X		X				X			X	X		
Total	30		1	3	1	27	2	26	3	19	12		5	26	8	2	21	19	12	

Leyenda:

A: ¿Te gusta estar en la escuela?

B: ¿Qué te gusta hacer en la escuela?

C: ¿Cuando terminas la escuela, qué te gusta hacer?

D: ¿Te gusta el Voleibol?

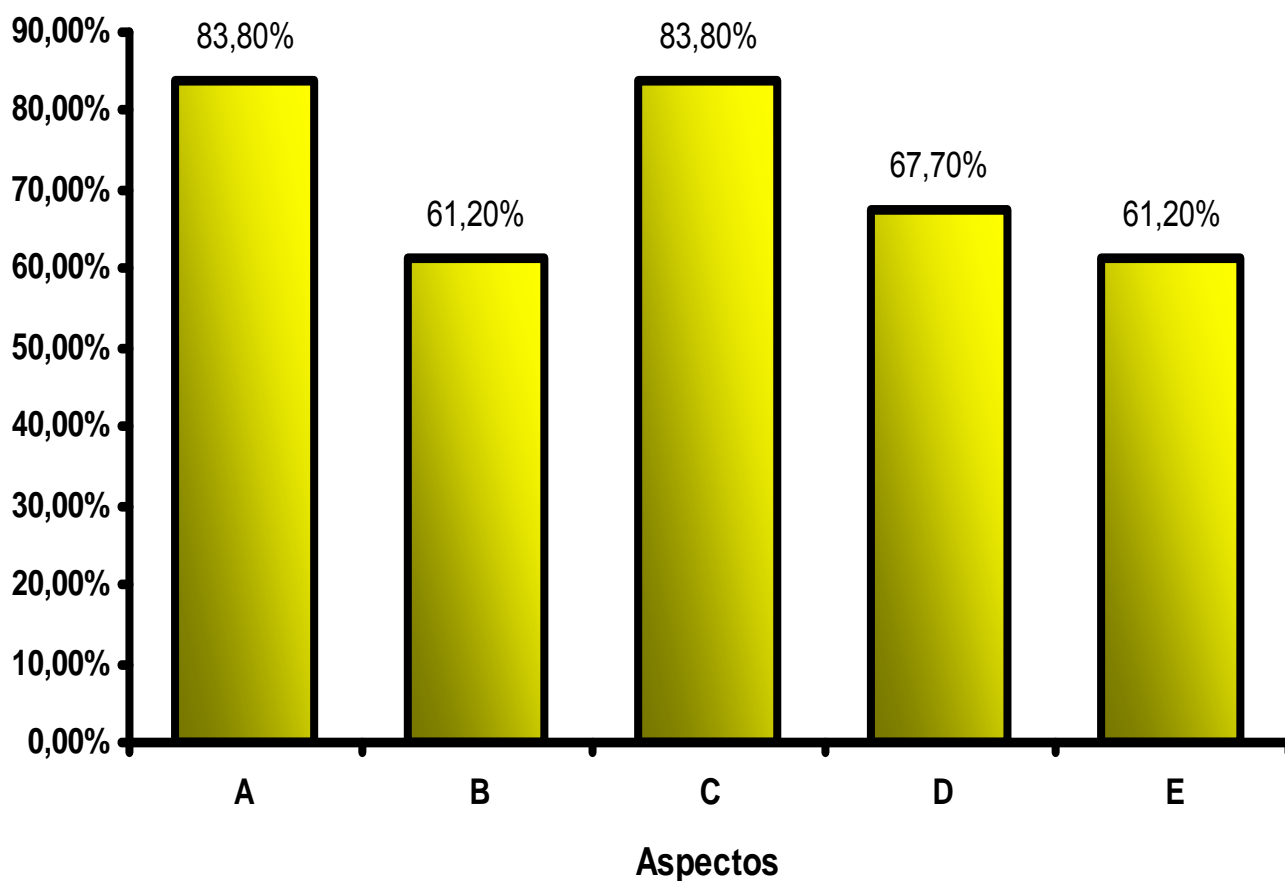
E: ¿Cuántas veces a la semana te gustaría tener recreación?

F: ¿Qué actividades recreativas prefieres en el barrio?

G: ¿Te gustaría que los profesores llevaran actividades recreativas con el juego de Voleibol?

S: Si; N: No; A V: A veces; J: Jugar; C: Conversar; E: Estudiar; TV: Televisión; Dep.: Deporte; A: Ayudar; D: Diario; JT: Juegos tradicionales; CC: Competencia carrera

Anexo No 10. Resultados más significativos de la encuesta aplicada a los niños.



LEYENDA:

- A: Niños que prefieren jugar cuando terminan la escuela.
- B: Niños a los que les gusta el Voleibol.
- C: Niños que quieren recreación todos los días
- D: Niños que prefieren jugar algún deporte en la recreación
- E: Niños que quieren que el profesor haga actividades recreativas de Voleibol

Anexo No 11. Entrevista a informantes claves

Objetivo: Identificar los aspectos fundamentales sobre el comportamiento de la recreación en la comunidad.

Nombre: _____

Centro de trabajo: _____

Años de experiencia laboral: _____

Cargo que ocupa: _____

1-) Comente acerca del tiempo y sus experiencias en el cargo que desempeña en su escuela comunitaria.

2-) Explique brevemente los lineamientos fundamentales que regulan u orientan el trabajo de sus profesores de recreación en sus áreas permanentes.

3-) ¿Qué importancia le concede usted a las áreas permanentes de recreación en la comunidad, en las primeras edades?

4-) ¿Que elementos tiene usted presente para controlar el trabajo de sus profesores de recreación en las áreas permanentes de la comunidad?

5-) A su juicio, ¿Que aspectos, causas o factores contribuyen al fortalecimiento y debilitamiento de la recreación en los niños de su comunidad?

6-) ¿Cómo considera el comportamiento de la recreación en su comunidad?
Argumente su criterio.

7-) ¿Haga un breve comentario acerca de cómo se lleva a cabo la comunicación entre la escuela comunitaria y los dirigentes del consejo popular o miembros de la comunidad?

8-) ¿Considera usted necesaria la elaboración de un conjunto de actividades recreativas que favorezcan la recreación de los niños de 8-10 años en la comunidad? Justifique.

Anexo 12. Resolución 44/2002. Regulaciones del fondo de tiempo para profesores de escuelas comunitarias.

Fondo de tiempo:

Frente alumnos 120 horas clases.

★ Preparación metodológica

- Frecuencias grupos clases: 2 clases semanales cada grupo con duración de 45 a 60 minutos.

(Cada 4 actividades o clases) se considera una hora clase.

Si dura 30 2

Grupos clases por profesor.

➤ De 7 a 10 grupos clases de acuerdo a las frecuencias de cada grupo

Documentos del profesor:

- Gimnasios:**

En el caso de los gimnasios de poca demanda el profesor atenderá otros programas de la Educación Física para adultos y promoción de salud en la comunidad.

Registro de asistencia.

Control de los Test orientados

Plan de entrenamiento individual

Prescripción médica

Pruebas de Eficiencia Física

En el caso que atienda otros programas comunitarios deberá planificar las clases que se imparten:

Los jefes de cátedras o jefes de grupos o profesor principal los cuales serán ubicados a partir de 10 profesoras o sea un jefe de cátedra por cada 10 profesoras

★ 72 horas frente al alumno

➤ **Visitas técnicas.** Se realizará 1 mensual a cada Profesor de Educación Física para Adultos.

- 161

Diversas resoluciones del Presidente del INDER han regido la actividad laboral en la Recreación Física en varios años. Así, el contenido de la anterior Resolución 17 pasó a integrarse como anexo en la actual Resolución 44, con las modificaciones que la práctica en su aplicación recomienda.

Documentación básica requerida en el sub-sistema de Recreación Física:

Profesor de Recreación

Llevará siempre consigo en su jornada laboral:

- . * Convenio de Trabajo Mensual (según modelo único explicado más adelante).
- . * Libreta de visitas técnico-metodológicas.
- . * **Diseño de la actividad que atenderá de forma directa (batería de juegos).**

Anexo 13. Forum Comunitario:

Con la presente técnica de intervención comunitaria pudimos y establecer comunicación con todos los factores, entidades y organizaciones implicadas en el proceso de llevar a cabo programas, acciones o estrategias con vistas a lograr transformaciones en la comunidad, teniendo la escuela como el centro cultural más importante, en este caso se analizaron los aspectos siguientes:

- _ Creación de grupos gestores;
- _ Valoración de las potencialidades de la comunidad: cantidad de técnicos con que cuenta la circunscripción, características de los niños, instalaciones o espacios que se pueden utilizar para el desarrollo de las actividades recreativas, aportes de padres y vecinos para ayudar a un mejor funcionamiento del proceso de recreación física en la circunscripción, horarios más asequibles para el desarrollo de este proceso y conveniar con los profesores de recreación de la escuela comunitaria, factores de riesgo presentes en el espacio que ocupa o rodea el área a utilizar para el desarrollo de las actividades;
- _ Aspectos generales.

Referencias bibliográficas.

- 1-. Pérez Sánchez, Aldo (2003) "Recreación: Fundamentos teóricos y metodológicos.
- 2-. Huisinga; J. (1957). Homo Ludens. Buenos Aires: Editorial Emece.
- 3-. Mc Neal, James (1993) "Marketing de productos para niños".
- 4-. Daltel W (1976). Juegos Recreativos. Berlín. Editorial Tribore.
- 5-. Cuenca, M. (2000). Aspectos del ocio en la actualidad. Bilbao: Ed. Universidad de Deusto.
- 6-. Dumazedier, J. (1964). Hacia una civilización del ocio
- 7-. Pérez Sánchez, Aldo (1997) Los implementos metodológicos de la recreación como estrategia para el desarrollo humano
- 8-. Thorstein Veblen (1899) "The Theory of Leisure Class".
- 9-. Tabares, F. (2005). Dimensión social del deporte y la recreación.
- 10-. Puig R, J. M. y Trilla, J. (1985). "La pedagogía del ocio". Barcelona: CEAC.
- 11-. Pastor P, J. L. (1979). "Importancia y valoración de la educación física y de los deportes en la recreación"

12-. Martínez del Castillo, J. (1985). Apuntes oposiciones de b.u.p. y f.p. año 1985. Tema 49: "El concepto de recreación física en el contexto educativo escolar. Tiempo libre y ejercicio físico".

Bibliografía

1. Arias, H. H. (1995). La comunidad y su estudio.--La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
2. Albarrán, M. A. (1993). Tres opciones académicas de la formación profesional en recreación educativa. En: Asociación de Educación Física y Recreación de Puerto Rico.
3. Andrade de Melo, V. y De Drummond, E. (2003). Introducción al ocio. Editora Menole Ltda., Barueri Brasil.
4. Artazcoz, Maria M. y OSSA, Andrés. (2002). Algunos aportes de la recreación dirigida para la construcción de la convivencia y la paz. Ponencia VII Congreso Nacional de Recreación. II Encuentro Latinoamericano de Recreación y Tiempo Libre ELAREL. <http://www.funlibre.org>.
5. Barriéntos, J, G. (2005). Propuesta de programación recreativo físico deportiva, para escuelas y barrios urbanos marginales del departamento de

Chiquimula Guatemala, Trabajo de diploma, Facultad de Cultura Física de Pinar del Río.

6. Casals, N. (2000). La recreación y sus efectos en espacios peri urbanos.
7. Castro, F. (1991). Discurso clausura del VI Forum nacional de Ciencia y Técnica.--La Habana, diciembre 1991.
8. Cervantes, J. L. (1992). Programación de actividades recreativas. Ed. Mungía y Hnos, México.
9. CITMA. (1996). Proyecto de trabajo comunitario integrado. -- La habana.
10. Cuenca, M. (2000). Aspectos del ocio en la actualidad. Bilbao: Ed. Universidad de Deusto.
11. Cutrera, J. C. (1987). Técnicas de recreación. Ed. Stadium. Buenos Aires.
12. Constitución de la Republica de Cuba, Código Civil, Ley No 59, Artículos 22 y 24.
13. Daltel, W (1976). Juegos recreativos. Berlín. Editorial Tribore.
14. Danfor, H. (1966). Planes de recreación para la comunidad moderna. Ed. Gráfica Omeba. Buenos Aires.
15. Declaración de los Derechos Humanos, Asamblea General de las Naciones Unidas, Artículo 52.
16. Dirección Nacional Recreación INDER, (2000-2003). "Documentos rectores de la recreación física en cuba". La habana, Cuba.
17. Diccionario de sinónimos y antónimos.- Océano. S A.- Barcelona, 1998.
18. Dumazedier, J. (1964). Hacia una civilización del ocio. Ed. Estela Barcelona.
19. Dumazedier, J. (1971). Realidades del ocio e ideologías. En J.Dumazedier y otros, Ocio y sociedad de clases. Barcelona: Fontanella.
20. Dumazedier, J. (1988). Revolution culturelle du temps libre. Paris: Meridiens Klincksieck.
21. Fuentes, Núñez, R. (2001). Tiempo libre. España. Revista digital, Ef deportes.

22. García, F. M. 1995. Tiempo libre y actividades deportivas de la juventud en España. Madrid: Ministerio de Asuntos Sociales. Instituto de la Juventud.
23. García Montes, M. E. (1996). "Planificación de actividades para el recreo y el ocio" (Apuntes de la asignatura). Granada.
24. Gutemberg, E. (1994). Planificación social y gestión de la comunidad. Madrid: Ed. Popular.
25. Hernández, V. M. Y Gallardo L. (1994). "Marco conceptual: las actividades deportivo-recreativas."
26. Hernández Mendeo, A. (2000). Psicosociología de la evaluación de programas de actividad física: el uso de indicadores. Revista Digital Educación Física y Deportes (arg). (Consulta: 22 diciembre 2002).
27. Internet "<http://es.wikipedia.org/wiki/satisfacci%C3%B3n>"
28. Internet "<http://es.wikipedia.org/wiki/Juventud>"
29. Internet "www.callidad.org"
30. Internet "www.clubcalidad.org"
31. Internet "www.competividad.net"
32. Internet "www.deming.org"
33. Laloup, J. y otros. (1969). El problema del tiempo libre. Ed. Nacional, Madrid.
34. Lares, A. (1968). Recreación del tiempo libre. Venezuela Departamento Extensión cultural. División de recreación dirigida al consejo venezolano del niño.
35. Leontiev A, N. Actividad, Conciencia Personalidad / Alexei N. Leontiev. – La Habana: Editorial Pueblo y Educación, 1981.
36. López A, B. (1982). Tiempo libre y educación. Madrid. Escuela española.
37. Lopategui C, E. (2006). Bienestar y Calidad de Vida. New Jersey: John Wiley & Sons.
38. Lopategui C, E. (2006). Experiencias de Laboratorio: Bienestar y Calidad de Vida. New Jersey: John Wiley & Sons.
39. Martínez del Castillo, J. (1986). "Actividades físicas y recreación. Nuevas necesidades, nuevas políticas" en Apuntes De educación física. 4: 9-17. Barcelona. INEFC.

40. Martínez del Castillo, J. (1985). Apuntes oposiciones de b.u.p. y f.p. año 1985. Tema 49: "El concepto de recreación física en el contexto educativo escolar. Tiempo libre y ejercicio físico".
41. Martínez G, M. (1995). Educación del ocio y el tiempo libre con actividades físicas alternativas. Madrid. Librerías deportivas Esteban Sanz.
42. Marx, K. (1966) "Contribución a la crítica a la economía política". Editora política, la habana.
43. Memorias Dimensión Social del Deporte y la Recreación Pública: Un enfoque de derechos. Instituto de deportes y recreación INDER Medellín. Medellín, 12 y 13 de mayo.
44. Mesa, G. (1993) La Recreación Dirigida – Juego, Arte o Pedagogía. Documentos Universidad del Valle.
45. Mesa, G. (1999) La Recreación: Algo más que volver a hacer. Documentos Universidad del Valle.
46. Mesa, G. (2001) Proyecto de intervención: "Organización Participativa de un Museo del Juguete y la Recreación con Jóvenes en Riesgo de la Ciudad de Cali". Universidad del Valle.
47. Mesa, G. (1997) La Recreación Dirigida Como Proceso Educativo. Tesis Doctoral, Universidad de Barcelona España.
48. Moreira, R. (1977). La recreación un fenómeno socio-cultural. Impresora José A. Huelga. La Habana, Cuba.
49. Navelo, R. (2004) El Joven Voleibolista. Ciudad de la Habana: Editorial José Martí. 2004.
50. Navelo, R. (2000) La preparación técnico-táctica de los jóvenes jugadores en correspondencia con el voleibol contemporáneo. I Congreso Cubano de Teoría y Metodología. Matanzas, Cuba.
51. Oliveras, R. (1996) "El planeamiento comunitario. metodologías y estrategias". Grupo para el desarrollo integral de la capital, La Habana.

52. Osorio. E. (2001). Enfoques y perspectivas de crecimiento y desarrollo de la investigación en recreación. Funlibre, Colombia.
53. Ossa, Andrés (2002) "Construcción de nuevos significados y sentidos en torno a la convivencia y la participación a través de la narrativa y de los juegos dramáticos". Trabajo de grado para optar al título de Profesional en Recreación. Documentos Universidad del Valle.
54. Papis, O. 1999. El deporte y la recreación del siglo XXI. Revista Digital de Educación Física y Deportes (Arg)
55. Papalia, D. (2004). Desarrollo humano. México: Mc Graw Hill.
56. Pastor P, J. L. (1979). "Importancia y valoración de la educación física y de los deportes en la recreación" (congreso I.C.H.P.E.R., KIEL, del 23 al 28 de julio de 1979). Revista Deporte 2000, diciembre, no 114: 79-81.
57. Pedro, F. (1984). Ocio y tiempo libre, ¿para qué? Barcelona: Humanistas.
58. Pérez, G. (1988). El ocio y el tiempo libre: ámbitos privilegiados de educación. En: comunidad educativa.
59. Pérez, G y col. (1996). Metodología de la investigación educacional. Primera parte. La habana, Editorial Pueblo y Educación.
60. Pérez S, A. (2005). Recreacion. Fundamentos teoricos metodologicos capitulo I.
61. Pérez S, A (2002). Tiempo. Tiempo libre y recreación y su relación con la calidad de vida y el desarrollo individual. En V Congreso de Latinoamérica de Tiempo Libre y Recreación.
62. Pedraz, M. V. (1988): Teoría pedagógica de la actividad física. Madrid, Gymnos.
63. Puig R, J. M. y Trilla, J. (1985). "La pedagogía del ocio". Barcelona: CEAC.
64. Proveyer, C. (2000). Selección de lecturas de trabajo social comunitario/ Clotilde Proveyer Cervantes. -- La habana: curso de formación de trabajadores sociales.
65. Ramos R, A. (2001). Las necesidades recreativo físicas en los consejos populares norte y sur del municipio San José de las Lajas.

66. Tabares, F, (2005). Ocio, recreación y desarrollo humano. Memorias VI Congreso Departamental de Recreación. Medellín.
67. Tabares, F. (2005). Dimensión social del deporte y la recreación. Jornadas de Trabajo Aprender Jugando. La lúdica como mediación de la enseñanza y el aprendizaje. Instituto Deportes y Recreación INDER Medellín – Asociación de Institutores de Antioquia – Escuela del Maestro. Medellín 26 y 27 de agosto de 2005.
68. Vigotski, Lev S. (1979) El Desarrollo de los Procesos Psicológicos Superiores. Ed. Crítica, Barcelona.
69. Waichman, P. (1993). Tiempo libre y recreación. Un enfoque pedagógico. Buenos Aires: Editorial PW.
70. Zhelezniak, Y. D. La Preparación de los Voleibolistas jóvenes / Y.D. Zhelezniak, Y.N. Kleschov, O.S. Chejov. – Habana: Editorial Científico Técnica 1984.

MODELO PARA EVALUACIÓN

Luego de estudiada la exposición del maestrante _____, así como la opinión de los tutores y el oponente del presente trabajo de maestría, el tribunal emite la calificación de _____ puntos.

Presidente del Tribunal

Secretario

Vocal

Tutor

**Dado en la Facultad de Cultura Física “Nancy Uranga Romagoza” a los
__ días del mes __ del 2009.**

“Año del 50 aniversario del triunfo de la Revolución”.

